VITT. EMANUELE

NAZIONALE
12
19 P
14
BIBLIOTECA VITT. EMANUELE

NAZIONALE
55
2 C
21
BIBLIOTECA VITT. EMANUELE
ROMA

Ex Bibliotheca
majori Coll. Rom.
Societ. Jesu

12
14
b
6

72.3.26

72 e 74

72 e 26

RODERICI A FONSECA LVSITANI

[illegible]



[illegible]

RODERICI A FONSECA LVSITANI,

OLYSSIPONENSIS.

PHILOSOPHI, AC MEDICI
Clariſsimi, Artis Medicæ Piſis Profeſſoris primarij.

DE TVENDA VALETVDINE, ET
Producenda vita Liber.

AD SERENISSIMVM FERDINANDVM
Medicem Magnum AEtruriæ Ducem Dominum
ſuum Clementiſsimum.

FLORENTIAE,
Apud Bartholomæum Sermartellium Iuniorem.
M. D C I I.

BIBLIOTECA NAZ. ROMA VITTORIO EMANUELE

Concedimus licentiam & facultatem hunc pręſentem librum de Tuenda Valetudine & producenda vita imprimendi, accedente conſenſu Reuerendi Patris Inquiſitoris, & ſtatim poſt ſequutam impreſſionem nobis vnus afferatur iuxta regulas Indicis, & ſeruatis ſeruandis. Hac die X. Octobris 1601.

Coſmus Antellenſis Vic. Gen. Flor.

Cum de mandato admodum R. P. Inquiſitoris Florentiæ Patris Magiſtri Dionißii Conſtacciarii Ord. min. Conſuſceperim ego F. Antonius de Maſſa eiuſdem P. Inquiſitoris ordinis & Vicarius hunc tractatum de ratione ſeruande ſanitatis examinandum approbandumq. impreſſioni admittendum, poſt habitam huic Santo Off. dignam in librum animaduerſionem, quà nihil fidei catholicę & bonis moribus ibi legendo reperi hac præſenti ſubſcriptione, & illum approbo, & vt imprimatur concedo cum hoc tamen pacto quod in fronte libri addatur nomen & cognomen authoris. In quorum fidem. Dat. Florentiæ die 13. Octobris 1601.

F. Antonius de Maſſa Vic. S. Off. Flor.

Baccius Valorius Senator.

FERDINANDO MEDICEO MAGNO AETRVRIAE DVCI GENEROSISSIMO.

Rodericus a Fonſeca. S. P. D.

CVM de tuenda Valetudine, vitaq. producenda breuiter hoc libello conſcripſerim Sereniſsime Princeps, vt fœliciſsimis tuis auſpiciis ederetur imprimis curaui, eo tamen animo, vt ſi eum, qua es humanitate videas, quæq. in eo continentur præcepta exequaris; te ipſum, in quo non modo Aetruria tua, totaque Italia, ſed omnis Chriſtiana Reſpublica nititur, diu incolumem ſerues, nullo prorſus corporis dolore tentatum. Quod quanti fieri debeat, tunc nouerunt mortales, cum in ampliſſimo Purpuratorum Collegio, tanta cura, tantaq. prudentia, quæ in illa vrbe geruntur, negocia, ad finem perducebas, vt nihil, te curante, vnquam caſurum videretur. Nunc vero Paterno Tuſcorum Imperio ſuſcepto tam fœliciter in eo tuendo Magni COSMI *Patris tui ſapientiam æmularis; vt nihil maius a tuis populis deſiderandum videatur; teq. præbeas exemplum recte gubernandæ Reipublicæ, omnibus clariſsimum; idq. vnum, magna omnium vtilita-*

te, in te fortuna mutauerit; vt quantum velis (vis autem, multum), tantum quoque prodeſſe valeas. Equidem cum res omnes animo, & cogitatione complector, quibus te ſummus Deus ornatum voluit; nihil te fœlicius auſim appellare; fœlix enim es tuamet virtute, animiq; magnitudine; fœlix Populorum multitudine, ac Nobilitate fœlix, ob Sereniſsimam CHRISTIERNAM Vxorem tuã omnium virtutum genere, ſummaq; in Deum pietate inſignem; at longe fœlicior, quod adeo ſis Deo gratus, vt tanta, tamq. pulcra, te fecerit Prole parentem; qua ſeptus, & magnopere læteris, quibuſq; imperas Populi, tanto Sereniſsimo Domus Medicea firmo, ac perenni propugnaculo gaudeant. Huic vero fœlicitati accedit, ſumma in claris viris cognoſcendis, amplectendiſq; prudentia, qui te circumſtant frequentiſsimi, inter quos maxime nitet Illuſtriſsimus Carolus Antonius Puteus Piſarum Archiepiſcopus, cuius virtus, fides, integritas; perpetuaq; ac nunquam deficiens in rebus gerendis cura ſumma cum doctrina, atque excellenti conſilio coniuncta, magnum affert his omnibus rebus cumulum ſummæ felicitatis. Sis igitur perpetuo fœlix, atque hunc laborem meum, qualiſcumque eſt; vt ab animo tibi addictiſsimo, læta fronte ſuſcipito; cumque videas tanto principi, tantulam rem dedicari, illud memento, priſcis iam temporibus, conſueſſe mortales, qui thura non haberent, lacte, molaq; ſalſa diis ſupplicare, teque dignum eſſe, vt omnes te, quoquo modo poſſunt, quod ipſe modo feci, ſemperq; faciam venerentur. Vale Sereniſsime Princeps, totius Orbis decus, atque ornamentum, teque non modo tibi, ac tuis, ſed mortalibus quoque omnibus diu conſerua. Piſis.

TABVLA CAPITVM SINGVLORVM QVAE IN HOC LIBRO CONTINENTVR.

PROAEMIVM totius operis.
Quo obiecta, contra hanc artem tolluntur. Caput primum I.
De inſtrumentis huius artis. Cap. II.
De moderando motu. Cap. III.
Qua ratione vnuſquiſque exerceri debeat. Cap. IIII.
Quod exercitium homini conueniat, vſque ad ſecundum ſeptenarium. Cap. V.
Quod genus exercitii conueniat, a ſecundo ſeptenario vſque ad finem vitæ. Cap. VI.
Qua ratione corpora in ſeruitute poſita exerceri debeant. Cap. VII.
De moderatione cibi & Potus, & primo de nutritione infantum. Cap. VIII.
De qualitate ciborum poſt lactationem. Cap. IX.
De Pane, Carne, quæ magis conueniat ſanitati. Cap. X.
De Lacte, Caſeo, & Ouis, & Piſcibus. Cap. XI.
De potu. Cap. XII.
De ordine, diuerſitate, & tempore cibandi. Cap. XIII.
De quantitate cibi & potus. Cap. XIIII.
An ſola quantitate Cibi, & Potus, homines inſalubres defendi poſſint. Cap. XV.
Qua ratione venena fugienda. Cap. XVI.
Veneno aſſumpto, quomodo ſuccurrendum. Cap. XVII.
De Somno. Cap. XVIII.
De Venere. Cap. XIX.
De Excrementis. Cap. XX.
De remediis pro leniendo ventre. Cap. XXI.

De

De cruditate & Diarrhea. Cap. XXII.
De ſanguine menſtruo & ſterilitate. Cap. XXIII.
De animi paſſionibus. Cap. XXIIII.
De aere ſalubri. Cap. XXV.
De aeris correctione. Cap. XXVI.
An in peſte, & maligna febre, ſanguis mittendus ſit, vel purgandum. Cap. XXVII.
Qua ratione corpora neutra decidentiæ a morbis ſint præſeruanda. Cap. XXVIII.
De curanda ſpontanea laſſitudine. Cap. XXIX.
De conualeſcentium refectione. Cap. XXX.
Compendium breue continet ſanitatis tuendæ, ab ortu ad ſenectutem. Cap. XXXI.
Admirabile lentiſci remedium pro ſananda podagra & aliis morbis longis. Cap. XXXII.

BARTHOLOMAEI MANCINI POLITIANI.

QVa ratione feras, fugiasq. incommoda vitæ
Edocet iſte liber: quid prius eſſe poteſt?

EIVSDEM.

CÆlo Phoebigenam vetus locauit
Aetas, quod moribunda membra vitæ
Dulci reſtituit leuans dolores.
Quid Fonſeca tibi recens rependat,
Qui vitam incolumem doces tueri?
Te magnum Archiatrum libens vocabit.

IACOBI MANCINI POLITIANI I. F.

ARgorum perhibent Regnum tenuiſſe Melampum,
Reddita quod paucis illius arte ſalus;
Quid tibi? cum parias multis Fonſeca ſalutem,
Dum ſtudio reperis, mirus & arte iuuas?
Non ſatis eſt breuibus decorari tempora gemmis,
Sed caput æternum vult diadema tuum.

RODERICI A FONSECA LVSITANI, OLYSSIPONENSIS.

PHILOSOPHI, AC MEDICI CLARISSIMI, ARTIS MEDICAE Piſis Profeſſoris primarij.

DE TVENDA VALETVDINE, ET Producenda vita, Liber.

PROOEMIVM.

QVANTA ſit ipſius ſanitatis dignitas atque pręſtantia non eſt quod in demonſtrando laborem cum vnicuique notum ſit eam, non modo fortunæ; verũ etiam reliquis corporis bonis eſſe anteponendam; abſque ſanitate enim nil dulce, nil ſuaue vnquam erit: non opes, non regna non filii, non amicorum multitudo, nec quidquid aliud boni excogitari poteſt; Huius itaque ſanitatis ſeruandę ratio, mihi in hoc tractatu explicabitur, ita vt non in his modo, qui natura ſani ſunt bene; Sed in corporibus etiam

inſalubribus ad ſenectutem vſque ſeruari facili negocio poſſit; qua de re antiqui, & moderni Medici, Graeci, Latini, & Arabes accurate ſcripſere; ſed Galenus praecipue in ſex libris de tuenda Valetudine inſcriptis, quem praecipue mihi imitandum propoſui. Et quamuis negocium hoc multis ſcateat difficultatibus, neque ob varias controuerſias, breui ſermone complecti poſſe videatur, nihilominus ſtatui veluti per concluſiones in vnum colligere omnes Regulas huius Artis, quae non experientia modo, verum demonſtrationib. ipſis, nec non grauiſſimorum virorum auctoritate confirmatae, & approbatae erunt; Siquidem non tantum Medicis ſcribere mihi propoſui, ſed illis etiã, qui quoduis aliud profitentur, cum quibus profecto vanum eſſet de huius Artis praeceptis diſſerere: atque in eã creſceret molem quae tedio eſſet omnibus. Nec propterea reprehenſione dignus ſim, quod hanc Materiam a multis tractatam, ego rurſus (quaſi lapidem eundem voluere velim) explicandam propoſuerim; Nam res eadem a multis diuerſa tamen ratione ſcribi & tractari ſine vitio poteſt; Scripſere quidem multi de tuenda valetudine, ſed qui breui compendio, omnia complexus ſit; qui controuerſias hac de re grauiſſimas inter antiquos & Modernos Medicos decideret; qui neceſſaria ſolum abiectis ambagibus traderet, nullus quod ego ſciam extat. Ego itaque eos imitando, qui arenas multoties voluunt, vt Aurum, & Margaritas colligant, ex Antiquorum, & Iuniorum Medicorum Controuerſiis ſanitatis ſeruãdae leges quaſi Margaritas ſeligam, atque tanto precioſiores, quanto ſalus ipſa prę caeteris opibus deſiderabilis exiſtit. Sequar tamen Galenum, quem caeteris anteferendum ſtatui. Verum cum is hac de re, non facile ſcripſerit ob doctrinae modum (ſiquidem per Demonſtrationes procedit quae vix a peritis Medicis intelliguntur) multa praeterea ad Nauſeam vſque tractet, quę nunc non ſunt in vſu, vt quae ad Balnea, frictiones, vnctiones pertinent, atque totum opus Gymnaſticum,

ſticum, ac propterea a multis Iuniorum accuſetur, non facile fuerit, id quod frugi eſt extrahere, lites decidere, breuiter denique, ſed ſufficienter, & cum vtilitate & facilitate omnia perſequi; Quod ego, ni fallor, perfeci: Adde negocium hoc ſui natura eſſe difficillimum; Siquidem omnia præcepta variant ob corporum diuerſitatem, quorum alia ſalubria, alia inſalubria; alia libera, alia inſeruiunt & ob varietatem ætatum, temporum, & locorum mutantur. Nam quod vni eſt ſalubre, alii poteſt eſſe inſalubre; nec enim omnes vno Calopodio calciari poſſunt. Quam ob rem infinita quadam rerum multitudine circumdatus Galenus, rem ad capita quædam reduxit, explicaturus ſolum exquiſite, qua ratione ſanitas in optime a Natura conſtituto homine ac libero ſeruari a natiuitate ad vltimam ſenectutem poſſet; Ex quo quaſi regula, reliqua breuiter pertranſit. Et quamuis (vt ait Plinius) res ardua ſit rebus vetuſtis nouitatem dare; nouis auctoritatem; obſcuris lucem, ac dubiis fidem, nihilominus has difficultates, quantum maxime fieri potuit, in propoſito noſtro negocio ſuſtulimus.

CAPVT PRIMVM.

In quo diſſoluuntur apparentes quædam rationes, quæ oppugnant hanc Artem.

NON ab re æſtimare poſſet aliquis inutilem hunc noſtrum laborem, ac per conſequens omnium illorum, qui præcepta (de tuendi Valetudine) ſcribere ſunt conati. Siquidem Natura ipſa, ſine Medico, aut Medicina vnicuique animali ſanitatis ſuę ſeruandæ rationem indidit; quod nobis demonſtrant Agricolæ, & reliqui homines Villici, qui ſine Medicis ſani viuunt. Contra Ciues, quibus ſemper remedia adſunt, & qui regulatius viuunt, ęgrotant fræquentius, & Hippocrates Medicinæ facile

Princeps vituperat regulatam viuendi rationem, eamq. periculoſam ſtatuit, tum quod vires deicit, tum etiam quoniam ſi aliquis committatur error ilico ęgrotat, Et Cornelius Celſus auctor grauiſſimus, vnicuique ſano, & libero homini præcepit ne alicui legi ſe obliget, nec Medico, verum viuat ex arbitrio, & comedat omnia, quæ Populus ſolet. Adde quod ſi hæc Ars ſeruare poſſet hominem ſanum ad vltimam Senectutem, poſſet ea ratione incolumem perpetuo ſeruare & Immortalem, id quod cum facere non poſſit, nec etiam illud primum efficere poſſe videtur, quæ omnia ſi quis prima fronte conſideret detestari poſſet hunc laborem noſtrum veluti vanum & infructuoſum. Sed contra hæc habemus ipſam experientiam euidentem, Demonſtrationes, nec non grauiſſimorum virorum auctoritatem, quibus abunde probatur, huius Artis regulas eſſe vtiles; illosq. qui eas ſeruare voluerint, abſque vllo Morbo ad vltimam peruenire ſenectutem; Et imprimis Senes, atque Mulieres, quæ debiliores ſunt ęgrotarent frequentius; Sed hos diu ſanos videmus perſeuerare ob accuratam vitam; Homines vero ſanos & Iuuenes, atque robuſtos ob errata frequenter ægrotare, & mori. Galenus omnibus his, qui huius artis præcepta obſeruabunt firmam promittit ſanitatem, quod ipſum in ſe probatum aſſerit; Nam cum eſſet Iuuenis & ruri cum ſodalibus, fructuum copiam ingereret, aliaq. errata committeret, ſingulo quoque anno graui Morbo opprimebatur. Sed poſt annum vigeſimum octauum, fugiens cruditatem, crapulam, ocium, nunquam amplius ad ſenectutem vſque ægrotauit, quamuis non bene ſanus a Natura fuiſſet, neque ſui iuris, verum in curando, ſcribendo, aliiſq. eiuſmodi negociis implicatus; Atque Aſclepiades Medicus clariſſimus, vt oſtenderet, huius artim vim, & poteſtatem, aſſerebat publice, vt nullus ipſi crederet, neque in curando fidem haberet, ſi vnquam ægrotare viſus eſſet non moriturus, niſi extremo ſenio confectus, ni for-

tuna

tunà eum perderet, & ſic euenit; nam cum ſanus ſemper ad nonageſimum ętatis annum permanſiſſet; ex ſcala forte fortuna cadens moritur; Atque Aloyſius Cornarius nobilis Venetus, qui in Iuuentute ob grauiſſimum ventriculi morbũ a Medicis prout deploratus relictus fuerat, eam inſtituit viuendi rationem, vt fugiens omnes errores ponderato vnius librę cibo, & potionis tantumdem ad nonageſimum peruenerit annum ſine Morbo. Quæ euidenter, & ipſo rerum euentu artis huius præſtantiam & dignitatem oſtendunt. Sed ſoluamus obiectas rationes atque ad primam dicemus verum eſſe quod Natura docet nos perſequi vtilia, & noxia cauere; Sed ipſa non valet exquiſite definire rerum qualitatem, quantitatem, tempus & modũ & propterea requiritur Ars, cum qua ipſa Natura moderatur: Homines autem Villici ſani viuunt ſine Medico, quia regulas huius artis (licet ignari) ſeruant; nam parce viuunt, & ingenti exercitio, nec non etiam ſomno longo & profundo omnia digerunt, & immunes ſeruantur, ſed & ipſi quoque cum ægrotant facile moriuntur, quod neſciant moderari labores, & alia ad ſanitatem conducentia; Ciues autem cur frequenter ægrotent in cauſa ſunt crapula & immoderata libido. Ad Hippocratis & Celſi auctoritates; notanda tria ſunt. Primo quod omnes homines etiam ſi ſint optime ſani abſtinere debent ab omni exceſſu; alias fieri non poteſt vt diu durent in ſanitatè & vita; Quam obrem prudenter monet Galenus ne viuamus quaſi pecora ſine vlla regula ſed videat vnuſquiſque quid ſibi vtile aut nociuum exiſtat. Secundò memoria tenendum, quod homines ſani & liberi, non debent exquiſite viuere & ad pondus; imo nonnunquam aliquem committere exceſſum; Siquidem ex hoc lucrifaciunt aſſuetudinem quandam reſiſtendi cauſis morbificis; vnde antiqui ſolebant aliquando ad ebrietatem vſque bibere; ego vero concederem ad animi alacritatem, ſed ad ebrietatem nunquam; Tertio notari velim, quod homines inſalubres ex natura

vel

vel ex morbo debent exquiſitam ſeruare rationem victus, alioquin ſuſtinere ſuam ſanitatem non poterunt. His prænotatis ad Hippocratem, & Celſum rediens dico, quod cum damnant regulatam viuendi normam, intelligunt de hominibus bene ſanis & liberis, in quibus non debemus coarctare ſanitatis præcepta, ſed ampliare, dummodo non fiant magni & multi exceſſus. Illud autem Celſi dictum, quod bene ſanus homo comedat quidquid populus edit, non eſt ita tutum, ſicuti Galeni præceptum qui monet, vt fugiamus omnes mali ſucci cibos veluti fructus, herbas, radices, atque legumina; Nec ars iſta poteſt reddere nos immortales, ſatis eſt, ſi obſeruanti præcepta ſecuram, ad extremam ſenectutem ſalutem promittat. Quamobrem Galenus illum beatum iudicat, qui cum ſanus, & liber natus fuerit medicum peritum inuenit; a quo a primo ortu ad vltimum vitæ terminum ſanus cõſeruetur: Nam quod aliquis ægrotet, vel ex ignorantia procedit (etiam Medicorum ignauorum) vel ex intemperantia; verum inobſequentes homines, & qui ſoli ventri viuunt, non egent opera noſtra; ſed illi tantum qui præcepta ſeruare volunt, quiq. ſanitatem pluſquam appetitus amant; quæ res in Principibus tanto magis obſeruari debet, quanto ab eorũ incolumitate populorum ſalus dependet; & ideo ea de re magnopere deberent eſſe ſolliciti, vt Medicos egregios ſeligerent, qui ſuæ, & filiorum ſanitatis curam habentes eos a morbis immunes tuerentur, & vitam producerent.

CAPVT SECVNDVM.

De Inſtrumentis huius Artis.

QVATVOR requiruntur conditiones in vnoquoque egregio Artifice. Primo debet ſuum finem cognoſcere, Secundo materiam in qua operatur. Tertio inſtrumenta operandi. Quarto debet habere viam quandam

dam rectam inueniendi, & operandi, quam Philoſophi Methodum appellant. Finis nobis propoſitus ſanitas eſt. Subiectum, ſeu materia, corpus humanum in quo ſeruari debet. Inſtrumenta ſunt illa omnia quæ ſanitatem ſeruare poſſunt neceſſario, veluti aer, cibus, & reliqua. Methodus erit reſolutiua omnium præſtantiſſima. Quid ſanitas ſit, ſatis eſt in propoſito noſtro dicere, quod eſt bona corporis diſpoſitio, cum qua bene operatur; ita vt ille dicatur eſſe ſanus; qui ſine dolore, vel anxietate, poteſt ambulare, comedere, dormire, & reliqua vitæ officia conuenientia ſuæ naturę obire, ſeu Puer ſit, ſeu Iuuenis, ſeu Senex; quæ quidem ſanitas perfectior eſt in vno, quam in alio, nam in aliquibus optima eſt; in aliis mediocris; in aliis culpabilis & infirma. Quoad corpus hominis, duplici via cognoſcitur; altera per ſenſum in ipſa Anathome; altera vero per intellectum, quę ex principiis Naturalis habetur; Sed neutra eſt neceſſaria, vt hic explicetur, nec etiam vlla de Methodo doctrina; ſatis ſit Methodo vti ad propoſitum negocium. Inſtrumenta ſolum ea cum quibus ſeruatur ſanitas explicanda diligenter ſunt; atque corporibus (prout decet) adaptanda. Hæc ſunt numero ſex. Aer; cibus, & potus; ſomnus, & vigilia; motus & quies; Excrementa; & animi paſſiones; quę ita neceſſario nos afficiunt, vt ſine illis viuere, nec ea vllo modo euitare poſſimus; quæ res ſi debito modo & cum moderatione adhibeantur, ſalus conſeruatur; verum ſi non apte applicentur, neceſſe eſt ægrotare, & mori; Atque hoc eſt principium & fundamentum totius huius noſtræ fabricæ, quod Hippocrates his paucis verbis expoſuit. Labor. Cibus. Somnus. Venus, omnia mediocria, ideſt ad ſeruandum incolume, corpus noſtrum ad extremum ſenectutis terminum oportet prædicta moderare; id quod non modo verum eſt in hominibus bene ſanis; ſed in his, qui imbecilles ſunt, & culpata ſanitate donati, exceptis tamen aliquibus corporibus tam deprauatę ſanitatis, vt nec AEſcu-

lapius ſi illis aſſiſteret, ea poſſet diu ſuſtinere ſana & viua. Contra vero nullus, quamuis optima ſanitate prædicus ſit, poterit illam diu ſuſtinere, ſi iſtis abutatur, & quot videmus natura robuſtiſſimos; qui tamen ob gulam, ob venerem, ocium, aliaq. errata in vita membris adeo ſunt attracti ex podagra, vt aliorum manibus edere, & bibere, & reliquis vitæ neceſſitates obire cogantur: alios calculis renum, vel veſicæ diu torqueri, vel aliis morbis & doloribus perpetuo diſtineri, vt equidem generoſo homini conducibilius videatur millies mori; Quamobrem ſi quis rationis compos eſt, is ſuam menſuret ſanitatem, errores, atque exceſſus deuitet, vitamq. reliquis anteferat voluptatibus, atque blanditiis. De prædictis itaque ſex rebus, quæ ſunt ſanitatis ſeruandæ inſtrumenta tractandum accurate, & diligenter a nobis eſt, ſiquidem nos circundant, alterant, afficiuntq. perpetuo; cætera vero, quæ facile vitari poſſunt nos corrumpentia, vt morſus ferarum; vulnera ex bello, caſus, aliaue eiuſmodi, non ſunt noſtri conſtituti, cum vnuſquiſque ea facile cauere poſſit: Adde eſſe fortunæ caſus infinitos, licet raro contingentes; quos tamen prudens homo, ſapiens, ac manſuetus euitabit. Sed contra hæc poſſet aliquis obiicere dicens fundamentum propoſitum noſtræ fabricæ non eſſe verum; quod ſi quis ſeruabit moderationem in cibo, potu, aere & reliquis ſeruabit ſanitatem, ſiquidem experientia aliquando viſum eſt duos homines pariter ſanos, eadem victus ratione, eaq. ſibi conueniente vſos: alterum tamen illorum in iuuentute mortuum, alterum vero ad ſenectutem perueniſſe, id quod non fieret, ſi fundamentum illud verum eſſet. Cui obiectioni reſponſum volumus, caſum illum (ſi detur eſſe ex his quæ raro contingunt; hoc vero non tollit huius artis principium, quod fere ſemper veritatem continet: Sed vnde procedat illius interitus (inquit Auerroes) videri in Artibus monſtra aliquando ſicut etiam in natura, quę vt plurimum gignit hominem ſecundum vnam ratio-

nem perfecte formatum: aliquando vero, ſed raro, Monſtrum. Id vero accidiſſe dicendum eſt, quia corpus noſtrum cum ſit vltimum miſcibilium, aliorumq. mixtorum perfectiones habeat, & varias compoſitiones, ex occulta proprietate alicuius, nobis tamen ignota, caſus ille naſci potuit; Sed iſta relinquamus Philoſophis, & ſpeculatoribus, redeamus ad penſum, & percurramus imprimis Motum, ſeu exercitium, quod merito primum obtinet locum etiam in exequutione.

DE EXERCITII DIFFERENTIIS, & vniuerſali Ratione. Cap. III.

EXERCITIVM, ſi recte, & veluti conuenit fiat, non modo ſanum hominem ſuſtinet, verum diu iuuenem ſeruat. Eius duas differentias ſtatuimus noſtro propoſito conuenientes. Prima & quæ propria eſt, ſignificat non omnem motum, ſed illum duntaxat, qui vehementior eſt, ſeu a nobis, ſeu ab aliis fiat. A nobis ſicuti, curſus, ſaltus, arma, pila, venatio; Ab aliis vero veluti equitatio valida; Nauigatio in mari vectio curris concitatior. Secunda autem exercitii ſignificatio illum ſolum motum amplectitur qui leuis eſt; ſeu à nobis, ſeu ab aliis naſcatur; A nobis, ſicuti ambulatio eſt; Ab aliis veluti Nauigatio per flumen; curris vectio, aut lecticæ leuis; quo exercitii modo comprehendi etiam volumus balnea, frictiones, & vnctiones. His ita conſtitutis ſciendum eſt, non poſſe nos ſanos permanere, niſi motum, & quietem menſuremus; ſiquidem, nec quieſcere ſemper, neque moueri, conducit; Sed alternatim, alterum, alterum corrigat eſt neceſſe. Ad exercitii igitur vtilitatem comprehendendam notandum, quod exercitium inſeruit nutritioni. Ad nutritionem vero vt recte fiat quatuor ſunt neceſſaria. Primo, appetitus cibi. Secundo illius concoctio. Tertio vt per corpus diſtribuatur; Quarto denique vt excremen

ta, quæ ad ventrem, vrinam, & membra pertinent excernantur, quæ omnia exercitium mirum ad modum adiuuant; Nam per corporis diſſolutionem appetentiam excitat, per caloris incrementum coctionem alimenti perficit; diſtributionem vero, & excrementorum vacuationem, dilatando venas, & meatus noſtri corporis aperiendo; quæ omnia cum præſtet exercitium, putarunt aliqui medicorum omnibus naturis pariter illud conuenire in prima ſignificatione; quatenus ſcilicet omnem motum vehementiorem denotat; Sed cum aliqui ex eo motu valido ægrotarent, nec eum ferre poſſent, factum eſt vt alia Medicorum ſecta illud exercitium ſolum approbet omni naturæ, quod eſt moderatum in ſecundo ſignificato ſumptum, quatenus dicit motum leuem, qualis ambulatio eſt. Alii vero exercendos eſſe homines putarunt ea Motus ſpecie, cui aſſueti ſunt, qui omnes errarunt, ſed minus vltimi, qui conſuetum vnicuique exercitium laudabant; Siquidem raro accidit, vt illud noceat, quod longo tempore ſine detrimento fuit in vſu; Errabant autem omnes, quia vna exercitii ratio, non omnibus Naturis, ætatibus, temporibus, locis, ac vitæ generibus conuenire poteſt; Sed euariat neceſſario; non enim ſenex inualidus, aut infans proprie exerceri poſſunt ſine maximo nocumento; nec leuiter exercendus Miles eſt, aut Agricola; Ideo qui exercitii modus vnicuique conueniat explicare aggrediar quia ſi recte, & conueniente, qualitate, quantitate, tempore, & modo fiat ſanitatem ſeruat; at indebite factum morbos grauiſſimos inducet. Quamobrem Galenus gloriatur ſe multos a conſuetis morbis præſeruaſſe ſola mutata exercitii qualitate, aut quantitate.

CAPVT

CAPVT QVARTVM.

Quæ ſit cuiuſcunque conueniens exercitatio.

ILLVD imprimis determinandum eſt; qua ratione ſcilicet exerceri debeat corpus optime ſanum, ac liberum a principio natiuitatis, vſque ad extremam ſenectutem; Mox de illis, quorum vita ſeruilis eſt eandem ſortitis Naturam; deinde, de corporibus minus temperatis, ſeu illa libero, ſeruili vitæ genere teneãtur; Illud vero ſciendũ ſeu quod Natura ſæpius producit corpora ſana; raro vero fit, vt Inſalubria naſcantur, quod quando contingit, vel à mala Parentum diſpoſitione, vel ex mala eorum victus ratione procedit; Quamobrem, qui Matrimonio iungi, ac filios gignere ſanos auent, procurare ſummo ſtudio debẽt, vt vterque contrahentium tam Vir, quam Mulier ſint ſalubres; ex mulieribus autem, dicebat Hippocrates, ad generationem aptiores ſunt; paruæ grandioribus; Graciles, craſſis; Albæ nigrioribus; nigræ liuidis, quæ venas habent apparentes, his, quæ non habent. Præterea Mammas amplas, & tumidas eſſe oportet, & ſingulos Menſe, ſuas purgationes, bene coloratas, moderata quantitate habere debent. Signa vero longæ vitæ, tam in mare, quam in fœmina hæc dicuntur eſſe. Quod nati ſint ex Patribus validis, qui diu vixerint ſine morbis; Oculus viuax, facies rubicunda; Dentium multitudo & robur; manuum, ac pedum; nec non aurium, narium, labiorumq. magnitudo, & apta formatio. Tres lineę in palma manus apparentes, æquales; vngues ſplendentes, ac nitidi; Vmbilicus diſtans valde a pectore. Contra breuis vitæ ſigna, prędictę partes, paruæ, male formatæ; digiti graciles. Color corporis albiſſimus cum pilis multis, ſpiſſis, & nigerrimis; qui pectus habent anguſtum, ac collum longum; alas altiores; melancholici, ac triſtes; & præſertim ſi a pueritia rixoſi

 ſunt,

ſunt,& auari,omnia odio habentes. Sed redeundo ad rem ipſam; Non ſatis eſt parentes ſanos eſſe ex natura vt filios tales gignant; ſed vt bonam victus formam ſeruent oportet. Cum ergo vir fœminę accumbit; neuter ſit ſumme plenus,nec vinoſus; vnio fiat a primo ſomno poſt menſtruas mulieris purgationes; Verum quia poſt coitum, ſi conceptio futura eſt, ſemen intra vterum remanet,nec foras labitur; oportet eo tempore a coitu abſtinere, & tunc maxime, cum conceptus ſigna ſunt euidentiora, quæ ex defectu menſium & cibi faſtidio ſine febre ſumuntur, tũc raro coeant, pręcipue in primis duobus menſibus; nam vteri os ex congreſſu ſolet aperiri, vnde facile abortus naſci ſolet. Non abſtineat fœmina cum vtero gerit,ab omni genere exercitii,ſed moueatur leniter ambulando ſine violentia; Poteſt etiam ferri ſede, aut nauilio in flumine; currus non conuenit grauidis in primis menſibus, quia excutitur corpus,& ſemen. Octauo menſe quieſcat quantum maxime fieri poteſt. Nono vero moueatur leniter; Non ſaliat,aut currat, aut exceſſum aliquem committat; Siquidem vel lucernę extinctę fumus fœtũ perdit; Quare Hippocrates de grauidæ gubernatione loquens, hæc habet.

„ Si mulier grauida ægrotet, vel debilis fiat, vel pondus
„ eleuet; vel ſaliat,aut inediam patiatur, vel animo deficiat,
„ vel timeat, aut clamet,aut ſine moderatione viuat; edens
„ ac bibens pręter modum, aut ſoluatur illi venter, abor-
„ tit. Quare magna diligentia & cuſtodia opus eſt, ne per-
„ datur fœtus, bene nutriatur, & ſine periculo partus fiat.
„ Hęc ille.

DE EXERCITII RATIONE *per ætates. Cap. V.*

POST Pueri ortum ſecandus vmbilicus, dirigenda ſunt membra; aperiendi meatus, oris, narium, au-

rium

rium & ani; Lauandus aqua ſalſa, aut modico ſale ſemel extergendus ad cutis robur efficiendum; Nec Germanos imitabimur, qui recenter natos pueros gelidis fluminibus mergebant; nam ſi debiliores fuerint, extinguentur a frigiditate; at robuſti non acquirent niſi cutis denſitatem maiorem, quàm pro ſanitate deceat, vt recte Galenus affirmat. Neque recipienda excuſatio Iulii Alexandrini Medici Germani; qui pro defenſione ſuæ gentis, aſſerit eiuſmodi frigiditatem non nocere pueris vt experientia monſtrat; Atqui ex ea effici corpora ad bellũ, & ferendos labores efficacia; quia aliud eſt conſeruare ſanitatem (pro cuius tutela, nil cum periculo moliri debemus, nec immoderatius cutis denſanda) aliud eſt efformare militem, ſeu Athletam; Neque vlla experientia poteſt iuuamẽtum aliquod oſtendere eius lauationis, ſi corpus debile, aut imbecille natum fuerit, ſed ingentem noxam, & detrimentum memorabile. Verum illud quod poſtea affert recipiendum eſt; Eo tempore fuiſſe homines illos agreſtes, nunc vero manſuetos, & ciuili ſocietate præſtantes; illam conſuetudinem deteſtantes. Illud etiam notandum eſt, ne puer nuper natus ſuffocetur, ac nutrice dormiente, ſi ſupra illum incauta voluatur, quare defenſionem parare oportet ad eam rem. Fauere etiam ex nutricibus, quę dum lactarent puerum in lecto; vel cuna, ſomno correptæ ſuffocarunt infantes, ſupra eorum vultus cadentes ſoporatę. Caute etiam procuretur, ne animal aliquod cunæ appropinquet, quod oculos infantis petat, qualia ſunt feles, pica, coruus, & ſues, qui dilacerant pueros. Quo ad Motum pueri recenter nati per omne illud tempus quo ambulare nequit; is vel in cuna, vel in brachiis ipſius nutricis fieri debet; cuna vero, vel pendula, vel ſolo ſtrata ſit; ſed pendens probatur magis. Lauetur puellus a ſomno aqua tepida prius quam lactetur, frictiones in ea ætatula fruſtra adhibentur, niſi blandiſſimæ, & paucæ, brachiorum, crurum, ac ſpinæ. Non cogatur puer ad ambulandum ante

tempus.

tempus, quia pedes imbecilles ſunt,& torquentur Crura; ac Coxa excidit aliquando. Cum vero ambulare poteſt, id faciat prius adhærens alicui. Cum peruenit ad tertium vel quartum annum, poterit equitare gradatim; curru, lectica,aut nauilio ferri,a quo tempote lauationes ſint rariores, ſemel in ſeptimana, & in cæteris ætatibus, bis, aut ter in menſe per æſtatem,ſemel in Hyeme. Valeant autem illę quotidianæ lauationes, frictiones, & vnctiones antiquorum quia ſuperfluę ſunt, & operoſæ, ſatis eſt ſi ea (quam dixi) moderatione, ad munditiem, & corporis perſpiratum vtimur. Balneum autem ſit aquę tepidę vſque ad iuuentutem,nam aquæ frigidæ balneum noxium eſt pueris, & incrementum impedit; frigidum balneum intelligo,quale eſt fluuiorum per æſtatem; Ab anno ſeptimo ad decimum quartum augeatur Exercitium; illudq. ſit mediocre; ſed non validum, aut multum; quia reſoluit pueros, imbecilles facit, & incrementum impedit. Motus proprius ſit ambulatio, ludus paruæ pilę, trocus, & ludus ille, quem vulgares dicunt (far a Bomba.) Debet autem fieri exercitium, non toties, quoties comedimus vt nonnulli ſunt arbitrati, ſed ſemel in die, mane, ieiuno ventre, vel poſt aſſumptionem in pueris bucellæ panis: quia labores cibos pręcedere debent. Nec duret diu labor in pueris ſed moderatus ſit. Tempus exercendi eſt, cum eorum vrina palleſcere incipit; nam dum cruda eſt,& alba, tempus non dum venit; dum vero valde pallida eſt, præteriiſſe Galenus recte affirmat.

CAPVT SEXTVM.

Quod genus exercitii corpori temperato conueniat, & reliquis poſt ſecundum ſeptenarium ad finem vitæ.

CORPVS optime conſtitutum, ac liberum, poſt annum decimum quartum augere exercitium debet,

&

& magis poſt annum vigeſimum ad quadrageſimum vſq; illud autem exercitii genus huic aptiſſimum eſt tempori; quod omnium differentiarum medium obtinet; & æqualiter totum corpus mouet; quale Galeno eſt paruæ pilæ ludus, ſed non ille, qui in domo per funem fit, & dicitur (alla corda) quod vehementior ſit quam deceat; Sed quod ligneis ſpatulis vulgo dicunt (Meſtole, o Lacchette) fieri conſueuit per lõgum ſpacium; Simile huic mihi videtur ludus paruæ pilæ ligneo cum malleo (vulgo dicunt) Giuoco del Maglio) Alia eſt venationis exercitatio, in qua Baliſtis aut Sclopo vtuntur, ſed hoc, cum caput concutiant mihi non probatur; Non multum ab his diſtat ea ſaltatio, quæ citatis tripudiis celeratur, (vulgo dicunt) la Gagliarda. Quantitas vero exercitii eouſque terminatur, quo membra laſſari incipiunt citra fatigationem, & reſpiratio ipſa iam laborioſa ob frequentiam fit. Fiat autem, vt dixi, ſemel in die, mane, poſt abſolutam primam, & ſecundam coctionem, id quod ex vrina iam palleſcente dignoſcitur, dum enim alba eſt & tenuis, tempus aptum non eſt, quia crudus ſuccus ad membra traheretur, neque, quando iam pallida eſt & colorata, quoniam iam corpus, refectione indiget, & non reſolutione quæ per exercitium fit; Sed inſtaret aliquis; Cur aptum indicet Galenus ad exercendum tempus poſt abſolutam ſecundam coctionem; nam idem inconueniens ſequitur, ſi non dum peracta tertia coctione fiat; quia traheretur ſuccus per membra crudus; ſed non ſequitur, quia maius eſt iuuamentum, quod ex calore & diſtributione membris accidit ab exercitio, peracta ſecunda coctione in Hepate & Venis, quam detrimentum ex aliqua cruditate. Præterea ſecundæ humiditates, a quibus partes nutriuntur, adeo iam ſunt elaboratæ, vt nullius cruditatis damna timeri debeant; ante vero quam ad exercitium accedat, excrementa alui, & vrinæ deponere oportet. Solebant antiqui ante exercitationem fricare corpus & vngere, vt mem-

bra rarefierent; agibilioraq. ad motum redderentur, & ne aliquid dirumperetur in corpore; Exercebâturq. nudi fere in palęſtra. Poſt exercitium aliam præparationem addebant, quam apotherapiam dixere, per quam aliquæ ſuperfluitates per muſculos ſparſæ purgabantur; & laſſitudo tollebatur, quamobrem, frictione, balneo, & vnctione rurſus vtebantur; Sed iſta cura ſuperflua eſt, in temperatis hominibus, & in his, qui moderate ſe exercent; Conuenit tamen in illis, qui immoderatius ſe mouent, quemadmodum Athletæ olim facere erant ſoliti; aut in his, qui arant, remigant, qui Veredis (vulgo Caualla da poſta) magnę pilæ ludo (vulgo, pallone) & aliis huiuſmodi magnis motionibus vtuntur, quæ magno detrimento ſunt ſanitati, & vitam breuiorem reddunt, caloremq. noſtrum diſſoluunt. Cum vero prima adeſt ſenecta, iamq. ad quinquageſimum peruenitur annum; Galenus pręcipit, vt eodem genere exercitii vtatur ſed remiſſo. Ab anno ſexageſimo quinto vel ſeptuageſimo, ſatis ſit pro exercitio, ambulatio, vel ferri curru, mula, lectica, aut nauicula. Conueniunt etiam frictiones ſenibus, mane, in lecto, antequam ſurgant poſt ſomnum, quæ in artubus, & ſpatulis ac lumbis, cum pannis lineis fiunt. Lauentur tepida, bis, aut ter in menſe per æſtatem, ſemel vero per hyemem, ad munditiẽ, & corporis rarefactionẽ, ac vt ſeroſę expurgentur ſuperfluitates. Debent autem ſenes illas corporis partes exercere, quæ validæ ſunt, ſed non infirmas, quare ſi caput, & pectus patitur, ambulatio conuenit; ſi crura laborant, brachia exercenda, cartam leuigando, aut lignum, aut rotam voluendo, aquã ve ex puteo, leuiore vaſe extrahendo. Partes tamen infirmæ Galeni conſilio fricandæ ſunt, cum dolore vacant, vt iuncturæ in podagricis; Renes in calculoſis, caput in Cephalalgicis, quæ frictio fieri debet a ſomno, modica, panno lino aſperiori.

Hæc igitur de hominis ſani ac liberi exercitio dicta ſufficiant. Nunc de ſano, ſed ſeruili vitæ implicito ſermonem inſti-

inſtituamus; Igitur, vel ea viuendi ratio in otio eſt & ſedentaria,ſicut in litteratis, Senatoribus, & Magiſtratibus; Vel in negocio, & laborioſa, vt in agricolis, fabris, militibus,tabellariis,qui veredariis iter agunt; aliis ve huiuſmodi laboribus. Si igitur reipublicę gubernationi, vel litteris inſeruient homines, vitamq; in ocio degunt, aliquas horas eligere, pro corpore ſuo exercendo oportet; nulla enim eſt tam miſera vitæ conditio; etiam in his, qui ſub barbaris & dura ſeruitute degunt; cui aliquę horæ quietis non ſuperſint; ſed is qui artes laborioſas,& in negocio poſitas, ſequi vult; is valido exercitio aſſueſcat oportet, & præſertim miles, quod, curſu, ſaltu, lucta, palo, gladio, venatione ve feras ſequendo obitur. Hic vi nos detinet Cardanus, qui tres vitæ conditiones proponit. Prima eſt eorum,qui vehementer exercentur; veluti Athletæ faciebant, lucta, palo, diſco, & ludo magnæ Pilæ. Secunda vero ratio viuendi eſt in his,qui mediocriter,ſe exercent; veluti paruæ pilæ ludo & aliis de quibus dicimus, & copioſe edunt ac bibunt. Tertia conditio eſt illorum, qui leniter ſe exercent longa deambulatione, aut mula gradiuntur, vel lento curru, aut nauiculæ motu ſed cum parco victu, aut valde moderato. His ſic ſtantibus, primum illud exercitii genus eſſe violentum, humanę vitę inimicum ſtatuit; quippe quod conſumat calorem innatum, & hominem aliquando, ſpacio ſeptem dierum exhauriat; quod vulgo dicunt (Riſcaldarſi.) Secundum vero viuendi genus hominem bene ſanum, ſed ſcientiis ineptum & ſpiritu, ac mente grauem. Tertium vero vitę genus prę cæteris laudat, cum quo licet homo non ita ſanus viuat, vt qui ſecundo modo viuunt; tamen ſenſibus depuratis, & longiori quoque vita viuit; Id quod probat ex multis patribus, qui vitam in deſerto ſedentariam, ſed cum multa parcimonia, & ieiunio ad annos centum perduxere; nec non in litteratis, vt in Marſilio Ficino, Leoniceno & aliis huius claſſis hominibus viuaciſſimis. Hæc

cum Cardanus ſcribit Galenum accuſat; quippe qui artem Gymnaſticam magis in ſuis libris, ac militis formandi potius, quam veræ ſanitatis tuendæ rationem fuerit ſecutus; valida præcipiens exercitia, quæ ſunt periculoſa valde; vnde tot frictiones, balnea, vnctiones inſtitutæ, ne ab exercitio corpus periclitaretur. Præcepta vero tuendæ ſanitatis ſine periculo eſſe debere. At exercitium validum conſumit humidum radicale, cogit ad multitudinem cibi, & potus; vnde maior copia excrementorum; Noxium eſt omnibus, qui ſunt repleti, aut malis abundant humoribus, vel debiles ſunt & infirmi. Hæc Cardanus affert contra Galenum; Sed omnia eius tela retunduntur facile; Nam Galenus non approbat valida illa exercitia; ſed docet, qua ratione, ſi quis ad illa cogatur, ſine detrimento viuere poſſit; quod pertinet ad mediocre exercitium; quod in temperato corpore deberi diximus; illud non modo bene ſanum hominem ſeruare dicimus; ſed magis etiam viuacem; quam ſi leni, & paruo illo motu cum parcimonia vtatur. Neque verum eſt mediocre exercitium, quod proprie tale eſt, calidum innatum conſumere, immo augere; quod ſi ad cibum, & potum magis promoueat, quam leuis motus, id non inconuenit; quia cibi, pro laborum menſura ſunt aſſumendi. Excrementa etiam pauciora gignet; quod ſi experientiam volumus videmus agricolas diutiſſimè viuere cum validiore exercitio.

SEQVITVR DE EXERCITIO CORPORVM *ſub ſeruitute poſitorum, & de Intemperatis.*

Caput VII.

FOEMINARVM vita inter ſeruiles reponi debet; ſiquidem maioré temporis parte domi manent; nec vt decet exerceri poſſunt; neque etiam eorum corpora

vali-

validiorem exercitationem ferunt; Debent nihilominus exerceri domos mundando exornandoq. Panem efficiendo, lauando, atque ambulãdo, ſcalaſq. ſaliendo. ſed ſuere, atque filare, nõ multum, quia pręterquamquod non totũ corpus exercent; ſuendi labor viſũ offendit; Pectus & ſpinam fatigat; filum vero contorquere, caput agitat; fauces exſiccat & fluxiones mouet; minus nocebit ſi humiditas digitis, non ex ſaliua oris, ſed ex aqua patenæ indita ſumatur; texere etiam inter muliebria exercitia reponatur, videtur enim is exercendi modus non ineptus, quia æqualiter corpus mouent; Sed in eo non probatur, quod locum non mutant; Nullum enim exercitium in quo locus minime mutatur laudari poteſt. Cęterum fœminæ, ſi ad viros comparentur; ocioſam, & ſedentariam vitam agunt; ideo parcius etiam in cibo & potu ſe habeant, & boni ſucci alimentis vtantur, ac facilis coctionis. Ipſæ tamen, quia ob humiditatem prauis abundant humoribus in ventriculo, fructus, aliaq. malæ qualitatis edulia, magis amant, & auide ſequuntur; Sed niſi eorum menſtrua purgatio foret, quæ illas immunes ſeruat, non poſſent cum ea victus ratione manere ſanæ; Homines autem, qui ſedentariam vitam agunt (vt ſupra dixi) veluti litterati, Senatores, horam eligant diei aliquam vacantem, qua exerceantur; Et ſi fuerint bene temperati, mediocriter id faciant. Sed pilæ paruæ, ſeu laneæ, ſeu ligneæ vſus vel venatio cum baliſta, aut ea ſaltatio, quam dicunt (ballare alla Gagliarda) quę inter mediocria, exercitia reponuntur; minus decora ſunt homini ſapienti, & graui; quare in eorum locum, ambulatio concitatior; aut lenis, ſed longa; leuigare ligna, vt faciunt fabri lignarii, quorum exercitiũ præſtantiſſimum cenſetur; quia experientia conſtat, illos diutius viuere cæteris artificibus. Galenus cum his hominibus, qui tota fere die ſunt occupati in Reipublicę muneribus, pro temporis diuerſitate, horam curandi corporis eligit; nam in æſtate (refert Galenus) commodam ho-

ram eſſe nonam diei, quę erit hora decima ſeptima, ſecundum noſtrum computum, qua etiam Antoninus Imperator ad Palæſtram veniebat; Sed antiquis, qui fere ſemel in die comedebant, fortaſſe hora illa apta erat; mihi vero non probatur, quia æſtus illius horę in æſtate, potius quietem expoſcit; Verum potius ſi ſemel in die exercendum eſt, id in æſtate hora vndecima, vel duodecima faciendũ; quæ eſt diei ſecunda, vel tertia. At his qui ſeruilem vitam agunt, totaq. die laborant, iubet recte Galenus, vt totam noctem dormiant in æſtate, quę nox nouem horarum eſt; Hi non indigent exercitio aliquo, præterquam præparatorio, atque renutritorio; quod per frictiones fit & balnea, ergo antequam ad laborem ſe accingant; corporis artus fricandi mediocri frictione, inde cócitatiori, ad corporis ruborem; poſtea aliquid cibi aſſumant, vt panem, inde ad laborem eant; Sero vero rurſus frictione & ambulatione lenta, ac pauca vtantur; ſi balnei fuerit commoditas Aquæ tepidæ; ſemel in Hebdomada illud ingrediantur.. At in hyeme, qua dies eſt horarum nouem, tempus curandi corporis, antiquis ad finem diei erat; Eo igitur exercebantur ocioſi, & liberi homines, & qui quietem ex laboribus artifices & ſerui habebãt; Nobis autem qui alio modo viuimus, tempus exercitii ſit hora quarta diei; hoc eſt decimaſeptima: qui vero tota die, laborioſam vitam degunt; hora noctis prima diu dormire debẽt, propter laſsitudines; ſed quia his, qui validos motus, tota die coguntur inire, facilis ſuccedit laſsitudo ex labore, proinde breuiter dicendum, de laſsitudinibus, & qua ratione tollantur de illis ſcilicet, quę motus ſequuntur, quas non ſpontaneas appellat Hippocrates, nam de ſpontaneis, infra erit dicendi locus.

Laſſitudines ergo, quæ motus ſequuntur in quatuor ſpecies diſtribuuntur. Prima dicitur vlceroſa, qua corpus, veluti punctiones acus, cum rigore, vnde mouetur, ſentit. Secunda tenſiua eſt, per quam membra etiam ſi quieſcant,

tendi

tendi videntur. Tertia flegmonoſa, per quam carnes, quaſi percuſſę dolent, cum tumore ac rubore. Quarta areſactiua nuncupatur, quæ potius eſt debilitas, ex diſſolutione corporis. Prima laſſitudo, quæ vlceroſa dicitur, curatur frictione multa, & molli, ac vngendo corpus oleo, nec non leui ambulatione, & balneo, & dieta moderata. Secunda laſſitudo, ſeu tenſiua tollitur eiſdem remediis, nec non quiete. Tertia quæ flegmenoſa eſt, & periculoſa magis, mollem frictionem & paucam deſiderat; tenuem victus rationem, ex pane ſcilicet cocto & aqua, balneo, & ſi duret, miſſione ſanguinis. Quartum vero laſſitudinis genus, quiete, & nutrimento curatur; quæ ſi perpendamus, videbitur alicui, laſſitudinis medela eſſe valde implicata; ſiquidem curatur motu, quiete, cibo, & inedia, quæ ſunt contraria; ſed recte conſideranti, non ita eſt, quia diuerſa ratione, & in diuerſis laſſitudinibus id contingit, nam leuis motus tollit laſſitudinem, quia diſſoluit ſuperfluitates, quę per muſculos ſunt ſparſę. ſic videmus equos poſt longum laborem leni ambulatione leuari; quies vero omnis laboris medela eſt; vnde Hippocrates dixit in aphoriſmis, quocunque modo corpus laborauerit, ac laſſitudinem ſentiat; quies ſtatim laſſitudinem leuat; ſic motus lenis per accidens laſſitudinem tollit; quies vero per ſe præcipuum remedium eſt in flegmenoſa & tenſiua. In flegmenoſa dieta conuenit, & aquæ potus atque inedia; quia ex repletione multa fit; Sed vlceroſa victum mediocrem deſiderat ad temperiem & humectationem corporis, & multo magis areſactiua, quia ex inanitione naſcitur. Sed priuſquam hæc abſoluamus, de his aliqua dicenda ſunt, qui veredarariis currunt; quod exercitii genus violentum nimis eſt; cum innatum calorem diſſoluat; caput, pectus, ac renes maxime offendat; præterea cum nil, aut parum dormiant, vt breuius iter perficiant eo magis lęduntur; Quamobrē curſores, tabellarii raro ad ſenectutem perueniunt; magis tamen offenduntur inaſſueti, & periculum

BIBLIOTECA NAZ. ROMA VITTORIO EMANUELE

eſt,

eſt, ne ex hoc valido motu in acutum morbum incidant, vel venam pectoris diſrumpant, aut dilacerent, præcipue ſi graues, & magni homines fuerint; igitur cauere oportet hũc curſum ei, qui ſanitatis ſuæ rationem habere vult, & maxime Principes, quibus curſus hic valde gratus eſſe videtur; Si tamen neceſſitas cogat ad hunc curſum, faſcia circundare oportet ventrem, & pectus; Cibus parcus admodum, veluti panis lotus, aut coctus cum zaccaro, vel bucella panis vino intincta, aut ouorum recentium lutea; Ante equitationem fricare decet artus, & ſpinam ſicuti etiam poſt equitationem facere decet, & lente ambulare antequam cibus ſumatur, qui non debet aſſumi niſi poſt horam ab exercitio ſedata perturbatione. Quo ad corpora intemperata quæ ſunt calida & ſicca, gracilia, muſculoſa, & iracunda; qui pectus anguſtum habent, collum longum, ſcapulas altiores, ſenes, imbecilles, valde craſſi homines; Omnibus iſtis pro exercitio ſufficit ambulatio lenta & longa, equitatio gradiaria, vectio in curru, nauicula; lectica, ſede, moderata; balneum tepidæ, & dulcis aquę; ſemel vel bis in menſe; frictiones molles, & mediocres artuum & ſpinæ, bis aut ter, in hebdomada a ſomno. Nullis horum competit frigidum balneum, præterquam craſſis & carnoſis in ætate iuuentutis, tempore æſtiuo, ad veſperam in aqua quieta fluuiali. Quamobrem peſſime ſaluti publice conſulebat medicus ille Maſsilienſis olim Romæ, qui omnibus perſuadebat vt lauarentur in fluminibus, & lacubus, vt aliquid noui inueniſſe videretur; Vnde videbantur viri conſulares vſque ad oſtentationem rigentes. Naturis itaque calidis & ſiccis, gracilibus, iracundis Hippocrates conuenire ſtatuit quietem & aquæ potionem; At quietis nomine non omnem priuationem motus intelligere oportet; verum lenem ambulationem, & cæteros leues motus, de quibus diximus; Sed qui natura ſunt frigidi, & humidi, concitatiori motu exerceantur, ac fricentur, balneis rarius vtantur, calida, humida

da

da corpora & ſanguinea vehementius exerceantur; tricentur, & lauentur frequenter; Melancholici vero, qui ex aduſta bile fiunt; vt cholerici ſunt gubernandi ſed frigidi, & ſicci homines, non proprie dicuntur melancholici, cum in his magis accumuletur pituita, quam bilis; quare exerceri conuenit mediocriter, fricari, & lauari; Cęterum exercitatio velocior & durabilior fit in hyeme & veris initio; nec non ad finem Autumni; ſed remittatur in fine veris, In ęſtate & principio Autumni. Idem faciendum in locis, quæ ſi calida fuerint & æſtuoſa leniter exerceri conuenit; ſi frigida & temperata, vehementius, & longiori tempore. Quo ad particulares exercitationes partium; Membra debilia moueri non debent in ſenibus, niſi frictione roborentur; idque in abſentia doloris; In iuuenibus vero cum non dolent parum exerceri conuenit. De voce vero, quæ & ipſa inter particularia exercitia reponitur aliquid dicendum eſt. Hæc caput & pectus potiſsimum exercet; ſed ſi clamoſa eſt, atque continua, vt in concionatoribus, & præcipue ſi non ſint forti pectore, & pulmone donati magnum affert detrimentum; Verum clara vox, & mediocris, pectus calefacit, & proinde communicato ventriculo calore, coctionem iuuat. Lectio vero publica nocet his, qui vehementem habent vocem & continuam, ſed ſi non ſit valde clamoſa, & cum pauſa, vt in his, qui dictando legunt, confert. Sed qui vehemens eſt in dicendo, & continuus pectore imbecilli præcipue, ſi legat per horam, detrimentum patietur, & magis qui a prandio publice legunt. Hæc ſatis ſint de exercitio, quod ſi recte moderetur pro cuiuſque natura ſeruat ſanitatem, ſecus ſi excedit, morbos acutos creat; Venas rumpit in pectore, ac mortes aliquando repentinas affert. Sed ex ocio ſuffocationes, apoplexiæ, podagræ, colici dolores; Calculi renum naſcuntur; præcipue ſi cum crapula & libidine iungatur; quare recte Hippoc. his duobus verbis rem totam aperit. Non ſatiare, non ſis impiger ad labores.

DE

DE MODERATIONE NVTRIMENTI, ac primo de cibo. Cap. VIII.

POST motum & laborem, ſequitur cibus & potus, & perinde illis abſolutis, veniamus nunc ad horum conſiderationem. Cum vero poſt exercitium cibus ſit ſumendus, id non ſtatim fieri debet, ſed poſt ſemihoram ſedata corporis turbatione, præſertim cum motus validior fuerit. Exordium vero cibandi a principio generationis ſumendum eſt. Debent igitur, qui generationi filiorum ſtudent, tum vir, quam fœmina boni ſucci cibis vti; carnibus capponum, columbarum, caſtrati, lactentis vitulæ: Conferunt & in eum vſum pineæ nuces, Piſtacia, oua tremula, vinum mediocriter ſumptum ad ſobrietatem, ne filii vinoſi naſcantur. Cum vero mulier conceperit, parce admodum edat, ac bibat; Caueat malos cibos, veluti fructus, herbas, radices, legumina; ſalſa item, quæ ventrem ſoluere poſſunt, & acria, quæ vrinas cient. Fugiat porros, cepas, allia. Pira & cotonea mala zaccaro incocta, conferre ſolent grauidis. Vinum bibant nigrum, non craſſum, neque multum. Orto puello nil dandum vſque ad ſex horas, vel amplius; ſed non tranſeat dies tota ſine nutrimento. Apponatur prius ad os infantis digitus zaccaro liquefacto intinctus, vt ſugat, & præparetur ad lactationem, nec aliud in victu illi exhibendum vſque ad dentationem præter lac, quod procurari debet album, dulce, odoroſum, non craſſum. Lactetur ter in die, primo mane a ſomno poſt balneum, deinde ad meridiem; poſtea ad occaſum ſolis, & ſi infans ſanus fuerit, quantum voluerit lactandus; & hic lactandi modus nutritioni dicatur. Eſt præterea lactatio, qua ad leniendos puerorum dolores, & ploratus vtimur, ſed tunc parum lactis dare oportet, & frequenter papilla eius ori eſt admouenda, lac vero matris nocuum eſt infanti in primo menſe partus propter do-

lores

lores & purgationes; quare tunc temporis, alterius lac ſugendum. Verum hic inquirendum eſt, an conuenientius ſit matres ſuos ipſorum filios lactare vel alienas mulieres: Cui quæſtioni reſpondentes dicimus, quod cæteris paribus lac matris melius eſt, quam alienæ; ſed multa sũt, in quibus pręſtat nutriri ab aliena; vt ſi mater fuerit debilis, vel Veneri dedita, aut rixoſa nimis, vel grauida, ſi filios præter modum amat; tunc non lactet ſuos puellos, quia ex prædictis lac alteratur, & corrũpetur facile, proinde dicebat Hippocrates, lac propriũ bonum, & iterũ lac, proprium malum; id eſt, lac matris poteſt eſſe bonum, ac malum, ſicuti dictum eſt; Sed de nutricis electione debent parentes eſſe valde ſolliciti; quod ſana ſit, nullo morbo infecta, præſertim Gallico, ne inficiat totam Domum; ętas a vigeſimo anno ad trigeſimum quintum; ſit bonis moribus prædita, non luxurioſa, aut ebria; fugiat viri congreſſum per illud temporis: nec grauida lactet; lac non ſit antiquum, vltra annum, nec ſit mulieris, cui filius obierit; Recta victus ratione vtatur; exerceatur, Edat pullorum, columborum, aut caſtrati carnes, oua ſorbilia, a vino ſi fieri poſſet in totum abſtineat, vel aquoſiſſimum bibat; oſcula puellis non dentur, pręſertim ori, quia reſoluent eos; & præcipue ſi oſculans reſpirationem grauem habeat; lactari debent infantes ad annos duos, quo tempore prorſus a vino abſtineant. Cum vero aliquid ſolidius edere cœperint, aquam bibant; Cibus ſolidior cum lacte aliquis ſumi debet, cum dentes edunt; Conducens autem eſt ſi humidus ſit & facilis coctionis; veluti panis medulla in iure pulli cocta cum butyro; oua ſorbilia pane intincta; Hæc vero pauca quantitate, non ad ſatietatatem dentur. Fugiant nutrimenta craſſæ ſubſtantię, veluti apud quoſdam in Germania ſit, qui infantibus lactentibus pulmenta ex lacte & farina in ſartagine fricta exhibent, qui cibus illi ętati nocentiſsimus eſt; ſiquidem viſcera inflat, & obſtruit, cruditates creat, & calculos. Non

permittamus in puellis eo tempore vt manibus teneant acus, caſtaneas, aliaue huiuſmodi, quia omnia ori admouent, & periculum eſt ne ſuffocentur. Non detur vinum pueris, vſque ad decimum quartum annum, vt præcpiũt Medici, & Philoſophi grauiſſimi; Hippocrates, Galenus, Plato, & Ariſtoteles, quia eos diſponit ad epilepſiam; lapides creat in veſica, torpidos reddit, & accendit, veluti ſi ignem igni adderes, quod præceptum apud noſtros Luſitanos obſeruatur inuiolabile; Secus in Italia & Gallia, nõ ſine magno infantum detrimento, Igitur fontana clara, & mollis conuenit, & ſi talis non fuerit deſtillata vel cocta; Et in qua regione aquæ peſſimæ fuerint, vinum quam aquoſiſſimum dari licet.

DE CIBORVM QVALITATE POST *lactationem.* Cap. IX.

PLINIVM diligentiſſimum omnium rerum ſcriptorem ſequentes, ſuos cibos homini narrabimus, confiteriq. cogemus, ignota eſſe per quæ viuat: Nemo id par uum exiſtimaret; nam pax in his, aut bellum dicetur naturæ, odia, amicitiæq. rerum ſurdarum ac ſenſu carentium. Cibus ergo homini panis eſt, caro, piſces, fructus, legumina, herbæ atque radices. Quæret aliquis an ſanitati conducat, omnium horum vſus, an aliquorum. Duo huius rei fuerunt placita. Alterum, quod tenet, debere nos eos cibos aſſumere ſolos, qui ſunt boni nutrimenti, & reliquos in totum cauere, cuiuſmodi ſunt fructus, legumina, herbæ atque radices, quam ſententiam Galenus his verbis confirmat. Conſulo vt alimenta praui ſucci caueat, quiſquis ſanitatis curam habere debet, quia licet in præſenti non nocere videantur, temporis tamen proceſſu ex illis in corpore humores gignuntur praui, qui leui data occaſione, magnos morbos, & pertinaces creant. Ex alia parte conſultius videtur, ſi nullum cibi genus fugiamus; &

quo

quo ad fructus attinet, non rectè facere videntur, qui eos à menſis arcent, dicendo, quod aquoſos, & crudos gignāt humores, quaſi accuſantes naturam, quæ pro recreatione & calore corporum corrigendo illos æſtate procreauit; imo idem Galenus eos concedit, eo tēpore, quia ſuo frigore, & humiditate calorem corporū attemperant in æſtiuis ardoribus. Pro deciſione huius quæſtionis dicimus tutiorem eſſe primam ſententiam, vt illa ſumamus alimenta quę boni ſucci ſunt, cuiuſmodi Hippocrates aſſirmat eſſe panem, carnes, piſces, vinum & aquam. Illud pręterea aſſero fructuum moderatum vſum non nocere ſanitati in æſtate, ſed in magna copia ſi ſumantur, febres procreare neceſſariò; ideo Auicennas ſcribit, fructus, herbas, radices, & legumina, aliaq. eiuſmodi, non vt alimenta, ſed medicamenti gratia eſſe aſſumenda; Id quod etiam Galenus concedit hominibus occupatis & militibus ad refrigeriū, ſed addit ſecurius eſſe, corpus refrigerare ptiſana mane aſſumpta, frigida; aut veſperi aquæ potu ex fonte gelida. Inter fugaces fructus Galenus ficus & vuas exacte maturas extollit; hisq. ſolis vtebatur, cæteris reiectis. Sed præſtantiora ſunt ad nutrimentum vuæ paſſæ, & ficus exſiccatæ, quas caricas dicimus, quibus, ſicuti & prunis ſiccis ſine nocumento per hyemem veſci poſſumus. Poterunt etiam alii fructus cum moderatione edi, vt ceraſia, perſica, pruna, pira, ſed erunt tamen, ſi zaccaro coquantur, minus noxia. Melo vero, qui prę cæteris expetitur in menſa moderationem quoque requirit; alioquin magna copia ſumptus, prauos humores creat, & malignos. Vnde febres peſſimæ naſcuntur, & ad huc magis anguriæ. Sed illud vel maxime memoria tenendum; non eſſe per æſtatem edendos fructus calidos; ſed bene refrigeratos, etiam ex niue; quia licet omnes fructus humectent, non tamen omnes refrigerant (vt recte docet Galenus) niſi ante ortum ſolis fuerint collecti, & refrigerati, alioquin ſi calidi ſumantur, aut tepentes, febres illico inducunt; & plus nocebit vnius

melonis bucella calida, quam totus melo frigidus aſſumptus. Inter fructus cucurbita iure carnis cocta, ſi per totam æſtatem edatur ſine noxa calorem corporis obtundit & attemperat. Inter herbas, ſeu olera, lactuca principatum obtinere videtur, quæ & cruda, & cocta edi poteſt, per ęſtatem, præcipue, & calidis naturis eſt conuenientiſſima; ea, inquit Galenus, per iuuentutem cruda vtebatur in acetario, ætate vero increſcente, cocta; laudatur quoque inter olera cicorium agreſte & domeſticum coctum. Cæteras herbas omitto; Et legumina omnia fabas ſcilicet, cicera, piſa, faſiolos, nec non omnes radices. Verum præ cæteris abſtinere debent a fructibus pueri, & ſenes; pueri enim auidiſſimi fructus ſunt; ſed citiſſime, in illis corrumpũtur, & febres, dyſenterias, atque variolas gignunt; quare magna cura eos pręcauere oportet, præcipue cum ruri degunt, vbi omnia deuorant, & acerba etiam ante maturitatem ingurgitant; & morbos grauiſſimos ex eo victu ſibi parant; Senes vero, qui cruditatibus abundant, & multis humoribus ſeroſis, ipſi quoque a fructibus, qui frigidi & aquoſi ſunt abſtinere debent. Cibi itaque ac potus boni ſucci, & quibus ſecure vti poſſumus & debemus per ſanitatem ſunt panis, caro, piſces, vinum, & aqua; Sed quia variæ ſunt horum ſpecies explicandum eſt, quæ ex illis ſeruandæ ſanitati ſint aptiores, ideſt qui panis, quæ carnes, quodue piſcium genus magis conducat, id quod in ſequenti capite faciemus.

DE PANE, CARNE, CASEO, OVIS, ET piſcibus, quæ magis probentur. Cap. X.

NON omnes gentes pane viuunt, ſed quædam Oriza, velut Indiæ Orientalis plagæ; alii Marizo, ſeu Milio, velut Occidentalis in noua Hyſpania & magna Americę parte polentas ex eo conficientes; alii radicibus, & earum

ſucco

ſucco extracto, quod remanet, in farinam conficiunt, & placentas efformantes, edunt vt Braſilii; vocatur autem radix illa Mãdioca, cuius extractus ſuccus inter lethaliſſima venena numeratur, cum tamen radix ipſa ſit eſui aptiſſima, & hoc eſt bellum illud, aut pax, quam in rebus ſurdis eſſe Plinius dicebat; Græci Sympathiam & Eupathiã, vocant; hoc eſt ſimilitudinem, ſeu amicitiam; & diſsimilitudinem, ſeu odium; quare Heraclitus conſiderans omnia ſub cœlo per iſtam contrarietatem ſubſtineri in elementis ac mixtis, omnium rerum principium litem & amicitiam ſtatuit; Sed redeuntes ad rem noſtram, Arabes, & qui Aphricam incolunt pane ordeaceo vtuntur, imo cum ad bellum eunt ſacculum eius farinę ad collum appenſum adportantes quo loco aquam inueniunt, manibus farinam cum aqua agitant, & mazam conficiunt, quam ſine alia pręparatione edunt, atque in eum modum famem, & ſitim tollunt; Alii, vt apud nos multi in alpibus, caſtaneis in farinam redactis placentas faciunt quibus veſcuntur, atque omnes hi, ſani, & diu viuunt. Verum panis ex farina tritici, omnibus ſine controuerſia anteferendus eſt; ſeu temperiem illius conſideremus, ſeu humores, qui optimi ex eo naſcuntur. Is vero ex flore farinæ fieri debet, quem Græci ſiligineum dicunt, Optime fermentatus, ſubactus, & coctus, & qui non tranſeat duos dies; ſalis illi parum admiſcere oportet; quæ præparationes in pane ſunt neceſſariæ, alioquin valde noceret, præcipue ſenibus & ocioſis hominibus, atque illis, qui ſtomacum imbecillem habent; nam panis cibus eſt craſſæ ſubſtantiæ; ideo vt facile vincatur requirit eas conditiones, & præ cæteris ſal, quod non modo eum guſtu ſuauiorem reddit, ſed craſſarum partium vitia tollit; ideo non laudo eos, qui inſulſum panem edunt, vt in Italia fieri conſueuit. Eſt autem panis omnium ciborum bonus ſocius, nec vnquam faſtidio nobis eſt ſicuti alia nutrimenta; Sed ſi panem vino intingas, inueniſti cibum, & potum ſimul, omnium fere nutrimentorum

torum optimum; Quare bene vulgo aſſeritur quod panis vino madefactus; zuppam Itali vocant, famem, & ſitim leuat, ſomnum inducit, coctionem adiuuat dentes mundat, ventrem calefacit, & egregium vultus nitorem facit; Nec video, quo alio nutrimenti genere ſanius viuere poſſimus, quam iſto pane, vino, madefacto; fugiendus panis azimus, & placentæ, quas tortas appellant, & omne mazæ genus, non leuitum; quia craſsi ſunt nutrimenti; obſtructiones gignunt, præſertim in his, qui parum exercentur, & venas anguſtas habent. Quod vero ad carnes attinet laudantur, inter quadrupedes caſtrati, (porci annui) hædi vitulæ lactentes; & quamuis Martialis inter quadrupedes gloriam primam lepori tribuat; loquutus eſt pro guſtu ſuo, non autem pro rei veritate. Galenus ſtatuit porcinam carnem cæteris quadrupedum eſſe præſtantiorem, & noſtræ ſubſtantiæ ſimiliorem, adeo ut quidam humanas carnes, cum inſcienter guſtaſſent, porcinas ſapore eas putaſſe affirmarent; Nec alia eſt caro, quæ porcina magis nutriat; id quod athletarum experientia confirmatum eſſe, idem Galenus affirmet. Sed vt libere, quod ſentio proferam caro caſtrati longe præſtantior eſt porcina; non modo, quod ſit minus excrementoſa; Sed etiam quia magis temperata, minus eſt glutinoſa, & facilioris concoctionis; Suilla enim caro humida valde eſt, craſsi & lenti ſucci, cũ ferè totum hoc animal pinguedo ſit, præterquam in coxis & ſpatulis; At in aliquibus locis præponuntur caſtratis carnes vitulæ lactentis, vt in Italia; Sed abſque dubio caſtrati caro melior eſt. Porci caro laudabilior cenſetur ſilueſtris, quam domeſtici, quia minus humida & excrementoſa; Hæc porcina caro in Inſula beati Thomæ, omnibus præfertur, etiam Gallinaceis, & ægris conceditur, quia veſcuntur cannis melitis, ex quibus zaccarum conficitur, eamq. carnem noſtri Luſitani eius Inſulæ Incolę ſuauiſsimam eſſe affirmant; Cæterum caro porcina aptior eſt agricolis, & his qui valde exercentur ſicuti vitulina;

tulina; Sed caſtrati caro & hędi, delicatis ac ciuibus magis conducit; Caro ſuilla, aſſa fere & frigida comeditur; Hædina etiam ob humiditatem aſſari debet. Caſtrati vero caro, & elixa & aſſa edi poteſt ob eius temperiem. Vitulæ lactentis aſſa in vſu magis eſt quam elixa. Hæc de quadrupedibus ſed hominibus litteratis, ocioſis, ſenibus, pueris, auium carnes magis probantur atque debilibus; quam quadrupedum; quod ſi quadrupedes edere velint; Hædinam vel caſtrati aſſumant; omnis alia caro abiicienda, ſcilicet bubulina, caprina, ceruina. Inter aues laudantur, pullorum carnes, faſianorum, columborum, perdicum, turdorum, paſſerum, quæ pueris, & ſenibus elixæ ſint, aliis vero ętatibus aſſę. Verum hic Cardanus nos detinet, aſſeuerans diuturniorem vitam viuere illos, qui fructibus veſcuntur, quam qui carnibus. Probatur id primo, quia animalia carniuora minus viuunt cæteris, vt Aquilæ, & quę ex rapina viuunt; Sed Cerui & Elephantes diutiſsime, qui fructibus, & frondibus veſcuntur; Præterea antiqui patres viuaciſsimi in heremo; Bracmanes in India diutiſſime viuunt, qui tamen carnibus abſtinent, & fructibus cum aqua veſcuntur; Contra qui carnes edunt breui ſuccumbunt. Sed non omnes fructus eſſe idoneos ad longam illam vitam ait; verum illos tantum, qui pinguedine oleoſa ſcatent, ſicuti pinei, amigdalæ, auellanæ nuces, piſtacia, & alia eius generis. Contra noxios eſſe fructus qui aqueo abundant humore, vt ficus, vuæ, ceraſia, pruna, pira, & reliqua. Hęc ille.

Sed ex alia parte poſſumus illi opponere multa animalia carniuora, quæ diuti ne viuunt, vt corui, & cornix, & prę cęteris homo ipſe viuaciſſimus. Ratio etiam non deeſt nam caro meliorem ſanguinem creat, quam fructus illi faciant; Adde pineos eſſe craſſæ ſubſtantiæ, amigdalas, & auellanas æſtuoſas ventriculo, & difficilis coctionis. Palmæ fructus, quibus in AEgipto frequenter patres veſcebantur, ſunt peſſimi, quia obſtructiones faciunt, & capi-

tis dolores creant; quare non ob illorum fructuum eſum, illi diuturnam adeo vitam nacti ſunt; ſed ob fortem natu ram, & victus parcimoniam, & caſtitatem, nam ſi quis car nes edat, & vina bibat moderate, & libidinem vitet, diutur nam ſane vitam conſequetur & illis longiorem, qui fru ctibus illis veſcuntur.

DE LACTE, CASEO, BVTIRO OVIS Caput XI.

CVM carne annectuntur lac, Caſeus, Butyrum & oua, de quibus dicendum eſt; Et quod ad lac pertinet. Cum illud bonum fuerit corpori egregium dat nutrimen tum atque hoc primordiale noſtrum eſt alimentum ſi mulatq. naſcimur, eoq. alimur vſque ad dentationem. Sed & amplius lacte nutriuntur Paſtores, & Barbaræ om nes gentes, quæ vagantur per orbem paſcua quęrentes ex herbis; bibunt, hi lac ipſum, illudq. aſſumunt, aliqui cum pane, alii cum farina; genus lactis laudatur mediocre; qua le caprinum; vaccinum enim craſſum eſt, & valde caſeo ſum.; Aſininum, & Camelinum, ſeroſa ſunt nimis; Illud tamen verum eſt, quod lac, quo fuerit magis ſeroſum; mi nus concreſcit in ventriculo & citius tranſiet: Non eſt lac enumerandum inter cibos optimos ſimpliciter, ſed qui buſdam conuenientiſſimum eſt; Aliis vero noxium; Illis conuenit, qui venas latas habent, quibus in ventriculo nō coagulatnr; & illis, qui poſt eius aſſumptionem, nullum in hypocondriis tumorem, aut flatum ſentiunt. Ideo di xit Hippocrates, non conuenire his, qui habent capita infirma, nec in febribus validis, nec quibus flatus in ven tre abundat. Solet exhiberi, cum melle & ſale, ne coagu letur in ventre. Cuidam agricolę, referente Galeno lac familiare alimentum erat, eoq. vtebatur bibens, & cum pane, aliquando thymi cacumina incoquens, is vero ad centeſimum vſque peruenit annum; quod cum aliqui

imitari

imitari voluiſſent viuendi auidi; Vnus eorum ſtatim in-tumorem dextri hypochōdrii incidit; alter hanc eandem paſſionem poſt octo dies à lactis aſſumptione ſenſit, quam obrem coacti ſunt lac relinquere; quod tamen mirabiliter agricolæ illi conferebat: Eſt autem lac dentibus, & gingiuis inimicum; ideo poſt eius aſſumptionem pręcipit Galenus vt lauetur os, cum vino aquoſo in his, qui caput habent infirmum; In aliis vero robuſtis, cum vino generoſo. Lac vero acidum in æſtate ad refrigerandum corpus Galenus concedit, quod & ipſum in mordaci alui fluxu, & dyſenteria ſingulare ſolet eſſe remedium. Sed de caſeo verba facientes, ſi ſiccus eſt & vetuſtus peſſime cedit in nutrimentum; nec niſi fabris lignariis pro contignandis lignis aptum. Recens vero minus nocet, & minus quæ recoctæ dicuntur; butyri vſus in olei defectum ceſſit cum pane, & obſoniis. Boni eſt nutrimenti, aluum mouet, ſed facile bileſcit, & à cibo nauſeoſum. Quod ad oua pertinet laudantur præ cæteris gallinarum & faſianorum; Aſſumi debent recentia eorum lutea eiuſdem diei ſorbilia, aut tremula, & ſunt optimi ſucci, ac facilis coctionis; fricta oua mala ſunt, & nidoroſa, ſicuti & cocta dura, a quibus abſtinere oportet; ne quod olim cuidam fratri nomine Roco, euenit, nobis contingat; refert Braſauola hunc fratrem (erat enim Franciſcanus Ferrariæ) ſuæ congregationis fuiſſe, veluti odoris canem; Is enim totā vrbem circuibat precario quęrens, & nihil erat, quod non peteret. Panem, vinum, piſces, oua, oleum, ligna, linum, & breuibus, a domo diſcedere nolebat, quin aliquid expilaſſet; Inſtante Reſurrectionis Paſcate multa oua precario inuenit, & alba, & rubra decocta, ac pręduta; hic Rocus in feſto Paſcalis Reſurrectionis tot oua ex illis præduris eſit, vt amplius, neque vi clyſmatis neque medicamenti excernere potuerit, ſed vitam cum morte commutauit; forte vna ederat caſeum, & ex caſeo cum ouis in ſuo ventriculo paſtillum fecerat, qui nunquam concoqui

potuit. Sed ad Piſces veniendo laudantur hi non minus, quam carnes pro nutrimento, ſi ſint probati, imo per æſtatem in calidis naturis in febribus, in conualeſcentibus piſces præponi debent, quia facile coquuntur, & optimũ ſanguinem gignunt. Tales ſunt friabiles, ex bonis aquis, & qui nullum malum odorem vel ſaporem habent; Vt ſolea, rhombus, aſelus, ſarda, aliiq. eius generis, ſaxatiles, & inter aquę dulcis piſces luccius. Edi autem debent vel elixati ex albo iure cum aqua, oleo, aceto, ſale, & origano, vel aſſi; Minus probantur fricti, & præcipue frigidi, quia aliquando veneni naturam aſſumunt vt Dioſcorides adnotat, & maxime, ſi poſt frictionem operiuntur, itaut reſpirare non poſſint. Anguillæ vero, oſtreę, camari, tellinæ, tunni, & omne cetaceorum genus eſt fugiendum, quod craſſæ ſint ſubſtantiæ, & ex ceno abundent. Eos item qui in aquis prauis ſtagnantibus paſcuntur, & in locis prope vrbem, quo immunditię expurgantur.

DE POTV. Cap. XII.

MVLTIS modis vtilis eſt vitæ noſtræ potus ipſe, in primis efficit, vt cibus melius in ſtomaco miſceatur, & concoquatur; Nam ſicuti, nec caro, nec piſces elixari poſſunt ſine aqua; ita etiam chili generatio in ventriculo, & cibi confectio, quæ elixatio quædam eſt, non ſine humidi copia recte fieri poteſt. Secunda vtilitas potus eſt efficere, ne humidum noſtrum exardeſcat, & conſumatur cito, non ſecus ac fieri ſolet in oleo & zaccaro ad ignem; quibus ſi miſceatur aqua non ita ardent, nec facile conſumuntur, ſic aqua ipſa cum bibitur, corrigit calorem & humidum ſeruat; Vnde Hippocrates aquam caſtigationem corporis appellat, & qui aquam bibunt, pinguiores ſunt, & fortaſſe diutius viuunt his, qui vino ſunt conſueti. Tertio ex potu, contingit vt cibi humiditas, & ſuccus in ventriculo melius extrahatur, non ſecus, ac fieri ſolet

in expreſſione oliuarum, quæ ſi infundantur in aqua calida, copioſius extrahitur oleum; ſic non poteſt exprimi ex amigdalis, aliis ve huiuſmodi oleum, niſi aqua calida madefiant. Quarta vtilitas potus, quæ etiam magni æſtimari debet eſt, quod adiuuat diſtributionem alimenti per corpus, venas ipſas penetrando, per quas ſoliditas cibi ſine humiditate potus non poſſet facile deferri in membra, ob tot anfractus, & meatuum anguſtiam. Cęterum natura ipſa, nobis, ſicuti, & cæteris animalibus aquam dedit ad ſitim tollendam, eamq. ex fontibus vndique ſcaturientem cernimus; ars deinde vinum ſuauiſſimum ſuccum adinuenit magno ſui inuentoris detrimento; Et mille alia potionum genera, quæ ex ſeminibus & fructibus conficiuntur omnia, (vt recte ait Plinius) in adulterium vini facta veluti Zithum, quod ceruoſiam appellant; Aqua igitur conueniętior eſt in potu pueris ad annum decimumquartum, vſque, a quo tempore aliquid vini; ſed mediocris vel pauciferi, & lymphati dari poteſt. Sed ſicuti vinum (referente Galeno) pueris eſt inimiciſſimum; ita ſenibus vtiliſſimum cenſeri debet. Vinum verum quod ad colorem attinet, cæteris paribus ad ſanitatem magis laudatur albũ, quàm nigrũ quod facilius tranſeat, & obſtructionibus magis reſiſtat. Qui vero ſtomacũ imbellem nacti ſunt, nigrũ bibãt ſed ſeu albũ ſeu nigrũ bibatur, debet eſſe tenuis ſubſtantiæ; Mediocriũ vinũ non dulce; Galenus vinum ſenibus conuenientiſſimũ iudicat debere eſſe generoſum, flauum colore, vt ſcilicet eorum corpora calefaciat, & ſeroſa excremẽta per vrinas (quibus ipſi ſenes abundãt) expellat, alioquin ſi vino aquoſo, vel oligohporo vtantur, refrigerari nimis poſſe, & proinde timet, ne in hydropẽ eos ducat in ea ętate. Contra Cardanus Galenum accuſat, quod generoſum, & grande vinum laudet; id enim, non modo in aliis ętatibus damnat, ſed etiam in ſenibus. Primo quia iecur adurit. Secundo quia diſponit renes ad calculi generationem. Tertio, quia defert ad iuncturas humores,

vnde podagrę. Quarto quia caput petit, vnde apoplexiæ. Pro cuius quæſtionis deciſione dicimus; quod grande & generoſum vinum quale eſt Maluaſia, Græcum, alia ve eius generis pro ſanitate tuenda, non debent eſſe in vſu frequenti, ſed magis pro medicamento; illis quibus propoſui vtendũ ob rationem quam affert Cardanus; Sed illud addimus ſenes debere vti vino grãdiori quam iuuenes, & minus aquoſo; quamobrem laudo in illis vinum mediocrium virium; Galenus vero cõſiderauit paruum calorem ſenum egere generoſo vino; id vero concedi poteſt, ſi talis fuerit capitis robuſti, & bene ſani, ac grandi vino aſſuetus. In alia vini grandioris vtilitate, quam Galenus in ſene ponit, vt ſeroſa excrementa per vrinas pellat; opponit Cardanus, non debere nos in ſenibus pellere ad vias vrinę; quia ſenes fere ſunt renibus imbecilles, & veſicæ ac vrinæ difficultatibus, & calculis veſicæ obnoxii, quare ſi materia vini generoſi ad eas partes traheretur, affectiones illæ augerentur. Dico pro Galeni defenſione, quod licet generoſum vinum ad renes, & veſicam excrementa ducat; adiuuat tamen eorum expulſionem & vrinæ vias aperit, in his qui difficulter mingunt, vnde dixit Hippocrates in aphoriſmis, ſtranguriam & dyſuriam vini potio moderata tollit. Præterea auget in ſenibus calorem; quod ſi aliqua affert damna compenſanda ſunt cum vtilitatibus, & ſic facile decernemus quando exhiberi poſſit, & quando non; Nec vllum eſt tam egregium auxilium, (dicebat Galenus) quod omni careat noxa. Aqua præterea calidis & ſiccis naturis, vtilior eſt, quam vinum; & in æſtate, ac regionibus calidiſſimis, & mulieribus etiam conuenientior; niſi his quæ frequenter pariunt, & imbecilles ſunt, & ſtomaco laborãt; quibus mediocre vinum, & aqua permixtum, ac parce exhibendum eſt. Romę olim capitali poena puniebatur fœmina, quæ vinum biberet, niſi pro ſanitate in caſu neceſſitatis; refert Plinius mulierem quandam Romanam a ſuis occiſam fuiſſe, quod claues cellæ vinariæ furaſ-

ſet ad vinum extrahendum. Altera vero dote priuata fuit, quod auidius bibiſſet vinum, quam pro ſanitate ſua illi conceſſum erat & in ſumma vinum fœminis ipſis, neque ad ſanitatem, neque ad decorem conueniens eſſe videtur; Et profecto, ſi aquę potum vini potui comparemus, concludo, quod in regionibus calidis, aut temperatis, vbi aquarum bonitas adſit; bene ſanis hominibus, tutius ſit aquam, quam vinum bibere; Nam vinum adeo iucundum palato eſt, pene vt nullus ſit, qui eo cũ parcimonia vtatur, quod etiam Veneri contingere ſolet, quæ licet ſanitati conducat, ſi cum modo fiat, tanta tamen cum auiditate perficitur, ac toties, vt plures ex eius vſu, quam abſtinentia lædantur. Quamobrem Androcydes (referente Plinio) ſapientia clarus ad Alexandrum magnum ſcribens, eius intemperantiam cohibens; Vinum (inquit) potaturus Rex, memento te bibere ſanguinem terrę, ſicuti cicuta homini venenum eſt, ſic cicutæ vinum; quibus præceptis, ſi ille obtemperauiſſet; profecto amicos in temulentia non interemiſſet, prorſus vt iure dici poſſit; neque viribus corporis vtilius aliud, neque aliud voluptatibus perniciosius ſi modus abſit. Salomon in exhibitione vini regibus & principibus videtur contraria aſſerere; Nam ſic matrem introducit loquentem in prouerbiis. Noli regibus dare

„ vinum, quia nullum ſecretum eſt vbi regnat ebrietas, ne
„ forte bibant, & obliuiſcantur iudiciorum, & mutent cau-
„ ſam filiorum pauperum, & paulo poſt; Date vinum, in-
„ quit, moerentibus, & his, qui amaro ſunt animo; bibant &
„ obliuiſcantur egeſtatis ſuæ, & doloris ſui non recorden-
„ tur amplius.

Sed non ſibi contradicit ſapiens; nam reprobat vini potum immoderatum ſed ſi modus adſit, approbat; Peculiariter vero moerentibus, melãcholicis, iratis, afflictis, his qui in laboribus multis ſunt; omnibus his vinum moderate ſumptum conueniens eſſe videtur. Vacant tamen illi, qui certatim contendunt de numero potionum; eosq. laude dignos exiſtimant, qui plures calice

exic-

exiccauerunt,quaſi ad vina perdenda natos; Neque ſatis fuit homini vino vti,niſi etiam quadrupedibus illud exhiberetur. Quo ad aquam ſi ei mel addatur fiet potus ſalubris ſenibus, ſicuti etiam zaccarum, aut iulapium, quod Turcæ faciunt;Bibitur etiam ęſtate aqua cum aceto in ardoribus; qui potus meſſoribus eſt ſuauiſſimus; tollitur autem ſitis, ſi quando excedit magis, ſi aquæ miſceatur vinum aut acetum, in parua admodum quantitate, quam ſi aqua ſola bibatur,ſed vinoſa aqua ſitim tollit,quę ex calido & ſicco vel ex humoris inopia naſcitur, cum aceto vero, quando ex copia humoris procedit, ſeu a calido humido. Aqua vero aceto mixta, aut vino, ſitim magis extinguit,quia per eam mixtionem penetrantior eſt & eius craſſities ab aceto,aut vino corrigitur, vt non moretur in hipochōdriis,(quod illi peculiare eſt) ſed facile distribuatur. Cæterum potus communis totius Germanię & Angliæ Zithum eſt, ſeu ceruoſia,quæ tamen nil boni habet, niſi quod pingues reddit eius potatores; in reliquis mala multa parit; Renes obſtruit & hæpar, calculorum, lepræ, & podagræ genitrix; inebriat etiam magis quam vinum; præcipue illa quę duplex, ſeu compoſita eſt; quę tritico, hordeo, ac lupulis conficitur; Sed illud birrę genus,quod in Anglia paratur,minus noxium eſt,quia odore, calore,& ſapore album & oligophorū vinum repreſentat; refrigerat tamen,aperit, & omnes effectus vini aquoſi facit; neque decipiatur aliquis credens ob eius amaritudinem calefacerē, partes enim quę ſimplicem ceruiſiam amaram reddunt paucę ſunt,ſi ad reliquas conferas, quæ in ipſa refrigerant. Apud indos quoque & Braſilios potio quædam ex Maizo eorum frumento fit,quę valens eſt, ac inebriat,in cuius potionibus, totis noctibus ſaliendo incumbunt, quoad ebrii cadant. Sed tota America cum prius careret vino; poſtea quam ex Hyſpania illuc aſportatus eſt liquor ille,adeo gratus incolis fuit, vt quidquid tota ſeptimana in auri fodinis lucrantur, diebus feſtiuis,

in

in vino conſumant, eoq. res deuenit., vt cum quidam. Indus ex vino immodico eſſet ebrius, iniuria ab alio laceſſitus, qui eum ebrium vocabat; reſpondit ſe ebriũ quidem eſſe ſed vino Hiſpanico, quaſi grande facinus, & nobile eſſet vino inebriari magis, quam alio liquore. Fiunt & alia multa vinorum genera ex ceraſis, granis mali punici, malis, prunis, piris, quę potius pro medicamento quam alimento in vſum eſſe debent; Verum vt hanc materiam abſoluamus; de gelido potu dicendum eſt; & ſi ab eſu fructuum conducat magis vini, quam aquæ potus. Et de hac prius verba facientes dicimus; ex vna parte videri conuenientius poſt melonis, & fructuum eſum, vinum bibere, quam aquam; nam fructus fugaces ſunt fere omnes frigidi, humidi, & facilis corruptionis; Vinum vero eorum malitiam corrigit; quaſi altera Theriaca; verum ex alia parte opponet aliquis ficus, poſt quorum eſu bibi ſolet aqua; ſed ſi in ficubus hoc fieri debet, qui humidiſſimi ſunt, cur non etiam in cœteris conueniet magis aqua quã vinum. Poteſt & illud probari euidentius quia vinum vt penetrantius deferet citius ad venas materiam fructuum, quod aqua non facit; & perinde conducibilius videtur aquam bibere, quam vinum, poſt melones & alios fructus. Adde mulieres apud Luſitanos, & hominum magnam partem aquæ potatores eſſe, attamen ſine noxa fructibus omnibus per æſtatem veſcuntur. Quamobrem colligere quiſque poteſt præſtare magis aquam poſt fructus, quam vinum bibere, aut ſaltem nil intereſſe vtrum bibatur; cum vtrumque fieri appareat ſine noxa. Pro deciſione ſtatuendum eſt, cęteris paribus melius eſſe vinum poſt fructus bibere quam aquam; quoniam vinum fructuum corrigit humiditatem, & malitiam, & perinde ex fructuum magna copia, citius ægrotaturos puto, qui aquam potant, quam qui vinum. De fructibus vero & vuis, aliiſue eiuſmodi fructibus, qui ſatis humidi ſunt, melius eſſet ab eorum eſu nil bibere; Sed de ficubus quibus aquæ potus conue-

nientior eſſe videtur; dic quod vtrumque bibi poteſt pro natura aſſumentis; qui enim vino ſunt aſſueti, vinum bibant, qui vero aquæ, aquam; Nec eſt eadem ratio de ficubus, & de melone, in quo profecto vinum conducibile magis eſt; nam ficus ſunt calidæ, & humidæ, ſed melo frigidus, & humidus, ideo his nocentior eſt potus aquæ. Ad aliam rationem qua dicitur vinum à melonibus prauũ ſuccum eorum per venas deferre; dicimus quod, non omne vinum id facit, niſi quod eſt generoſum ideo Cardanus male precatur his, qui poſt melones vinum laudant generoſum, quod deferat eos per venas, ſed conuenire magis ait vinum mediocre aut aquoſum, ne illud inconueniens fiat. Sed parcat mihi Cardanus; quia poſt melones, his qui robuſti sũt capitis vinum generoſum bibi debet, his vero qui imbecille caput nacti ſunt, mediocre aut lymphatum, Nec timenda illa cita delatio per venas his qui moderate melonibus vtuntur, quia etiam ſi vini tenuitate feratur per corpus, vertitur in nutrimentum; ſed ſi in magna quantitate melones edantur, tunc incõueniens illud fortaſſe ſequetur. Ad experientiam vero, quam adducunt eorum, qui aquam bibunt, & melones, alioſque fructus edunt, & ſani degunt, dicimus, quod aquæ potus poſt fructus in his qui eam bibunt non nocet ſi moderate illis vtantur; ſed ſi præter modum id faciunt, facilius & citius ægrotaturos illis, qui vinum potant. Quo ad potus temperiem, ſtatuimus illum ſi fuerit niuatum vel glacie gelidum, nocentiſſimum eſſe pueris & ſenibus & illis, qui pectus anguſtum, & imbecillem ſtomacum habent. Illud tamen quærendum, an bene ſanis hominibus, & in iuuentute per æſtatem conueniat niuatus & glaciatus potus; quibus reſpondet Galenus diſtinguendo; nam vel ſunt homines ſani, & liberi, vel ſunt ſani, & occupati in reipublicæ negociis laborioſis, vt militiæ, agriculturæ, aliiſue laboribus dediti. Primi vitent niuatum potum. Secundi vti poterunt in iuuentute per æſtatem. Primi gelidum

bibant

bibant prout ex fonte venit; Nam optimi fontes æſtate
gelidam aquam, hyeme vero quaſi tepidam & fracta frigiditate producunt, docente nos ipſa natura qua temperie ſit bibendum æſtate & hyeme. Sed ſi aqua fontium per æſtatem non eſt bene frigida, poterit refrigidari in aqua puteali per horam ante cibum, ſi vero in hyeme valde ſit frigida, ad ignẽ adeo calefieri, vt frangatur frigiditas. Illud tamen illos bene animaduertere vellem, qui omni tẽpore, niuẽ & glaciem bibunt, (atque vt ait Plinius) pennas montium in voluptate gulæ vertunt, magnam ex eo potu temporis proceſſu læſionem illis parari; Audiant, quid hac de re Galenus ſcribat. Qui minime exercẽtur ſumma ęſta
" te fontis aquam bibant; niuis potum vitent; hæc enim
" quamuis protinus nullam iuuenum corporibus ſenſibi-
" lem læſionem inferant; ſenſim tamen occulteq. creſcen-
" te vitio, cum iam ætas progreſſu temporis inclinauerit,
" articulos, neruosq. & viſcera iis morbis vexat, qui diffi-
" culter admodum, vel omnino tolli non poſſunt, neque id
" quidem temere, Namque ea pars corporis, quæ imbecil-
" lima eſt, a lędente quolibet patitur; Et Hippocrates eius
" damna in aphoriſmo ſic exponit; frigida, veluti nix, & glacies pectori inimica; Venarum ruptiones, & deſtillationes efficit; & rurſus; frigidum, oſſibus, dentibus, cerebro, neruis, dorſali medullæ, veſicæq. inimicum. Potus vero aquæ feruentis, vel ſolæ, vel cum vino, veluti olim Romæ fieri ſolebat, vt omnes bibendi modos vinoſi homines ad gulæ voluptatem experirentur, nocens admodum eſt, quia ea ratione elixarentur corpora; & calidum innatum diſſiparetur: Hyeme fortaſſe non ita reprobatur; Sed citius ex eo potu ebrios fieri homines certum eſt; At in ſenibus per hyemem in locis & regionibus frigidis, calidior potus eſſe poteſt & debet. Vinum vero bibere ante cibum, quod etiam Medici aliquando Romæ Tiberio Imperante in gratificationem vinoſorum hominum introduxere, vt nullus relinqueretur vini aſſumendi

modus, beſtiarum & equorum eſt; qui tamen ſi recte conſideres, non bibunt ante cibum; ſed poſtquam diu in ſtabulis ſaturati ſunt, quare merito vſus ille aboleuit cum ſuis inuentoribus, vt nocentiſſimus corpori noſtro; Nam potus ille ante cibum, ſi fuerit vinũ ad ebrietatem & apoplexiam hominem diſponit, aqua vero ad hydropem, ac viſcerum refrigerationem. Sed dices cur homines natura potum gelidum amant; cibum vero calidiorem. Ratio, vt puto, eſt, quia fames eſt appetitus calidi & ſicci; ſitis vero frigidi & humidi; Ideo appetimus in fame calida, in ſiti gelida, quia ſitis ex frigidiori potu magis extinguitur.

DE CIBANDI NVMERO, TEMPORE, ET ordine. Caput. XIII.

IMPRIMIS quærendum eſt, quid magis ſanitati conducat an multa & diuerſa in vna cibatione aſſumere; vel vnius, aut duorum eduliorum eſſe contentum. Pro parte prima; videtur natura & experientia omnino varia expoſcere, nam ipſa natura abhorret, vnum ciborum genus; & ſi quis vnico cibo aſſueſcat appetentiam amittit, nec ſtomacus adeo auide amplectitur, & coquit alimentum illud. Præterea cum corpus noſtrum ex contrariis & variis conſtet, aſſumere etiam varia & contraria debet. Nec dicendum, varietatem ciborum coctionem in ſtomaco turbare; ſiquidem ille libenter amplectitur, quæ deſiderat, vt cumque varia & diuerſa fuerint. Habemus præterea experientiam in fauorem; ſiquidem nemo noſtrum eſt, qui vnico paſtu, non edat carnem, caſeum, oua, fructus, acetaria ſine læſione. Ex alia parte tamen tutior eſſe videtur ad ſanitatem vnicus & ſimplex cibus, quia ciborum diuerſitas, non ſolum bene coqui non poteſt in ventriculo, ſed neque æqualiter. Præterea ex contrariis & diuerſis cibis, contrarii humores gignuntur, & calidi, & frigidi, vnde morbi compoſiti, ac pertinaces fiunt. Rurſus

ciborum

ciborum diuerſitas,& condimenta varia, vt plus edamus, quam decet efficiunt. Adde antiquos, qui ſanitatis rationem habebant, vnius vel duorum ciborum fuiſſe contentos; nam Galenus, vt de ſe ipſo refert tertia diei hora parumpanis aſſumebat ſine potu vſque ad prandium. Antiochus vero medicus & Telephus Grammaticus, qui viuaciſſimi fuere, vt idem refert, cum in extrema eſſent ſenectute, ter in die comedebant. Tertia hora diei panem cum melle, in prandio vero piſces cum pane, in cœna pullos, aut columbi carnes prçſumptis oleribus. Sed pro deciſione huius quçſtionis dicendum, quod diuerſitas ciborum, vel eſt magna, & contraria, v. ſi quis edat carnes, piſces, lac, butyrum, & multis modis alia præparata, vt aſſa, fricta, & elixa; vel diuerſitas ciborum, non eſt talis, neque condimentorum. Primi modi diuerſitas inimica eſt ſanitati, quare apud Flandros, quibus piſces cum carnibus, aut piſces cum lacte, & butyro & zitho ſunt in vſu, tot genera morborum apparent, & frequenter lepra, febres malignæ, quales Anglicæ, & peſtes etiam viſuntur. Sed diuerſitas ſecundi modi non eſt ſanitati inimica, & conducit propter guſtum; danda enim ſua pars eſt palato; Quamobrem Hippocrates in aphoriſmis præponit illos cibos, etiam ſi paulo peiores ſint, dummodo guſtui ſint aptiores. Solus autem panis in cibo non conuenit; ſed panis, ius, caro, acetarium, inter fructus, vua paſſa, aut pirus cocta, aut piſces, & oua cum acetario & pane. Qui vero in ocio vitam degunt ſimpliciori victu viuant, ſicuti, qui exercentur, maiori diuerſitate ciborum vti poterunt. Quoad ordinem. Prius aſſumi debent humida, & faciſis coctionis, ne nauſea fiat, & cibi corrumpantur in ventriculo. Nec audiendi ſunt illi, qui volunt, vt illud cibi genus aſſumatur prius, quod magis placet palato: dicentes, quod ex diuerſis cibis poſtea in ſtomaco maſſa vna fit indifferenter, quia experientia ipſa contrarium docet. Refert Galenus quendam, qui de ventris ſiccitate quærebatur, quem cum

ſecum ad comedendum duxiſſet, homini præcepit vt eos cibos aſſumeret & eo ordine, quo erat ſolitus, Hic igitur a principio cibos craſſæ ſubſtantiæ ſumebat, vt caſeum & pira, poſtea vero herbas, & garum ſeu ſalita, quem ordinem cibi Galenus adnotauit, & imperauit homini, vt à principio humida, & facilis digeſtionis reciperet, deinde craſſæ ſubſtātiæ cibaria, & adſtringentia aſſumeret; quod cum feciſſet, ilico perſenſit aluum meliorem; Quare admiratus cauſam perquirens Galenus, retulit, ad ventris decoctionem conducere a principio humida aſſumere, poſtea adſtringentia, quæ deorſum pellerent, cuius contrarium ille faciebat. Sic Cotoneum coctum a prima menſa ventrem ſiſtit in fine vero mouet roborando os ventriculi ſuperius, & deorſum, quaſi manu prēmendo, quare cum ventrem ſiſtere volumus, adſtringentia primo loco; cum mouere, vltimo, ſed moderate ſumere oportet; Ex quibus patet, quantum referat, hoc, vel illo ordine cibos aſſumere; neque id temere faciendum eſſe. Antiqui igitur pro ventris beneficio in prima menſa olera cocta ex garo edebant. Quod ad cibationis tempus attinet, per diem in ęſtate, in aliis temporibus, & potiſſimū in hyeme, etiam in prima noctis parte cibari conducit; nec eos imitari licet, qui totam noctem in conuiuiis & potationibus conſumunt, adeo vt antequam cibus vnus, aut potus aſſumatur, præcedentes cocti ſint. Quoties autem in die edere conueniat, non conuenit inter doctores. Quidam ter in die eſſe comedendum dixere; alii bis in die; alii ſemel; nonnulli, etiam, inter quos Auicennas & Auerroes, ter in duobus diebus. Galenus videtur approbare vt ter in die cibemur. Prima cibatio modica, ad tertiam diei horam, ſecunda ad ſextam pro prandio vberius eſſe edendum, tertia vero poſt ſeptem aut nouem horas cœnare. Qui ſemel in die comedunt, vt apud antiquos olim fieri ſolebat, id erat illis in vſu ad noctem, ita vt ſolum cœnarent. Aliqui etiam apud nos prandent, ſed non cœnant. Qui bis

in die cibantur, prout variat dies ita etiam horam euariāt. Tempeſtiuius in æſtate prandent, ac cœnant, ſed per hyemem tardius. Sed qui ex his cibi numerus, magis laudetur; profecto bis in die comedere pro ſanitate conuenientius eſt; ſicuti temporibus noſtris in vſu venit; nam vna cibatio in die teſte Hipocrate aluum ſiſtit, & gracile corpus reddit: Cum enim qui ſemel in die comedunt cibum copioſum cogantur aſſumere, non poteſt natura illud bene ferre. Ex alia parte qui ter in die comedunt, magis occupant naturam, quam deceat. Qui vero ter duobus diebus comedendum autumant, melius dicunt, quam illi, qui ter in die id faciendum eſſe affirmant. Hæc dicta tamen eſſe volo de perfecta ætate, & temperatis hominibus, Nam temperamenti, ætatis, loci, aut victus diuerſitates, facere poſſunt, vt variet cibi numerus, quia ter in die comedere pueris, & valde ſenibus, conducit magis, quam bis; & ſic Antiochus Medicus & Telephorus Grammaticus viuebant, & Galenus eos ſequutus; verum adeo erat parcus cibus primus, vt vix pro cibatione numerari poſſet. AEſtate etiam, & his qui valide ſe exercent, calidis hominibus ac picrocholis, ter in die comedere, magis cōducit quam bis, Temperatis autem bis, cœteris temporibus, hyeme vero ſemel. Sed terna cibatio, & ea in duobus diebus, ita vt altera die ſemel, altera vero bis ſaturemur per interualla conducit ſanitati; In his præcipue, qui plurimum edunt, ac bibunt ad repletiones curandas. Atque hæc de cibationis tempore, & numero dicta ſufficiant. Nunc de quantitate verba faciamus.

QVAE DEBEAT ESSE CIBI, AC POTVS quantitas. Cap. XIIII.

AD valetudinem tuendam, non ſatis eſt bono vti alimento, & deteſtari prauos cibos, niſi ita moderetur eius quantitas, vt non fiat error ad exceſſum, vel ad defe-

ctum,

ctum, ſed frequentius peccatur in exceſſu, ob naturę auiditatem, quamobrem bene adagio fertur, plures occidere gulam, quam gladium. Quæ vero debeat eſſe cibi & potus quantitas, exacte deſcribi nequit; Cum ea euariet pro diuerſitate naturæ, temperamenti, ętatis, temporis, regionis, conſuetudinis, artium, & multorum aliorum. Hippocrates nullam aliam menſuram adhibendam eſſe ſtatuit, quam corporis cuiuſque ſenſum, quia vnuſquiſque ſui alimenti menſurã, quam ferre poteſt, ſtatuet, & ſic in effectu ſtatuere debet, vt neque cruditatẽm, neque nauſeam, aut eructationes ex copia ſentiat; cauendum eſt etiam ne ob inopiã extenuetur. Porro quantitas alimenti ex quantitate laborum, & exercitii ſumi debet; quod qui facere norit, is profecto optime illam determinabit, & ſanitatem ſuam ſecure tuebitur (dummodo in aliis non excedat) quam ſi aurum potabile, vel ſcylliticum acetum, aliaue eiuſmodi aſſumat; quę ſuperſtitioſa hominum ignorantia ad vitæ diuturnitatem excogitauit. Qui igitur valde exercentur vt agricolę, milites, fabri & alii eiuſmodi homines; multum etiam edant oportet. Qui ocioſam vitam degũt, vt literati, religioſi, parce viuere debent; alioquin ſi contrarium fieret; primi illi breui conſumerentur, & morbis acutis, & febribus corriperentur. Secundi vero humorum abundantia & cruditatibus ſuffocarentur. Galenus ergo menſuram cibi in temperato & ſano homine determinãs, Illum tantum cibi aſſumere debere affirmat; quantum appetit, quia talis homo, tantum appetit, quantum coquere poteſt; Sed ad maiorem rei euidentiam iubet conſiderari excrementa alui & vrinam; quæ ſi in quantitate, qualitate, tempore, & modo debito excernuntur. Signum erit iuſtam fuiſſe cibi quantitatem; verum vbi euariant, vt ſi excrementa ventris ſint liquidiora, aut exſiccata, plura, vel pauciora; ſi vrina etiam quantitate, ſubſtantia, colore, & contentis euariet; non recte in quantitate cibi actum eſt. Hippocrates vero, qui ſemper cibi molem ad labores refert

fert aphoriſtice rem totam comprehendere viſus eſt his verbis. Cibus parcus ſit, non delaſſare, nec ſitire, hoc eſt ad ſanitatem confert, parcus cibus; & laſſitudo, ac ſitis fugiendæ, ac ſi dicat; non ita violenter mouearis, vt delaſſeris, & ſitias; vel ſic, cibus parcus ſit, ita vt ex illius copia non delaſſeris, & ſitias; nam vbi quis ad nauſeam vſque ſe impleuit, ſtatim pigritia naſcitur, & totius corporis grauitas, quę laſſitudo dici poteſt; nec non ſomnolentia & ſitis tota die excruciant; illud igitur Auicennæ præceptum de quantitate cibi omnibus memorię tenendum & obſeruãdum velim, vt ſemper a menſa ſurgamus, non ita ſaturi, quin aliquid appetitus remaneat; quia licet fames aliqua adhuc perſiſtat; ea tamen per ſemihoram ceſſat; & præcipue, cum cibis craſſæ ſubſtantiæ, & multi nutrimenti alimur, quia cum fructibus, oleribus, aliiſue veſcimur, non ita grauamur ex eorum immodica aſſumptione; ea igitur quantitas cibi conueniens iudicatur, poſt quam homo, non grauis corpore, aut ſomnolentus remanet, ſed hilaris & ad obeunda negocia agilis, nec, ſitis, nauſea, ructuſue ſentiuntur. Sed hic inſurget aliquis, in contradictionem Galenum & Auicennam adducens, quorum ille homine temperato tãtum edendum eſſe ſtatuit, quantum appetit, hic vero cum appetitu aliquo ſurgendũ a cibo præcipiat. Pro cuius diſſolutione dicimus appetituum, alterum eſſe naturalem, alterum vero voluptuoſum; Galenus loquitur de appetitu naturali, ſed Auicennas de voluptuoſo; quia multi recordatione prçteritorum ciborum, & condimentorum, ac variorum ſaporum eorum mẽſuram temperare non poſſunt. Adde prçterea naturam noſtram ad eo ſuę conſeruationis auidam, vt nunquam videatur edendi ſatia; vnde bene dicitur os eſſe veluti nares, nam ſi intra, minimum digitum mittas, & deinde, omnes alios, eos admittent. Quo ad ętates pueri, & qui creſcunt, magis edere debent; minus reliquę ætates; minime omnium ſenes, ſed decrepiti, parum & frequenter. Dicet aliquis cur

pueri,

pueri, & qui creſcunt, magis aſſumere debent cæteris hominibus, cum pueri corpore ſint parui; Alii vero vt iuuenes magni; ſi ad proportionem corporis nutriri cõueniat. Dico quod ad proportionem ſui corporis, plus edunt pueri imo infantes, quam iuuenes; Adde eorum corpora eſſe mollia, facile reſolubilia; quare continua egent appoſitione. Aduertant, qui in ocio viuunt, vt parum admodum edant, & bibant, & cibos facilis nutritionis, alioquin ſani permanere non poterunt, & multo magis qui vigilant, aut vigilare coguntur, per omne illud tempus leuiſſima ſit cœna, & cibus valde parcus; quia præſto adſunt cruditates & morbi; denique tanto cibum minuere oportet, quanto ſomnus minuitur; ex qua obſeruatione ait Cardanus, ſe in vita multoties ſeruatum; quia cum ſemel, aut bis in anno vigilare ob corporis diſpoſitionem cogeretur, per illud omne tempus fere a cibo abſtinebat. Addit pręterea carnium eſum nocentiſſimum eſſe vigilantibus; ſiquidem abſceſſus iecoris & viſcerum facit; quare his qui vigilare coguntur, ouis ſorbilibus vel piſciculis, vel vuis paſſis, & pane cocto viuendum; Cæterum cibus bene dentibus agitari debet, nam dentium linguę, palati, & denique totius oris præparatio ad coctionem perficiendam magno adiumento eſſe ſolet: Quod his obſeruandum magis eſt qui ſtomacum imbecillem, & caloris pauci habent. At ii, qui calidiſſimi ſunt ac robuſti, quaſi Lupi aut Leones cibos vix cõmanſos etiam ſi ingurgitent, nulla ex eo noxa illis parabitur, quia ob calorem intenſum facilius bubulas carnes, aut porcinas cõficiunt, quam oua aut lac & cætera edulia facilis coctionis; quippe quæ in eorum ventribus adurantur; ſed in ſenectute, omnibus, ob caloris defectum vtiles adeo ſunt dentes, vt qui eos amiſerint; neque ita ſani, neque adeo longam vitam agere poſſint. Ideo his qui dentibus carent in cibis ſint panis coctus aut iure tinctus, oua ſorbilia, oriza, vua, caricæ, caro piſciculi aut pullorum elixa & trita fruſtratim cum

iure

iure ac pane edatur. Lac etiam his, qui dent bus carent, & ſenibus, dummodo illis ſit familiare, præſtantiſſimum eſt alimentum; quare in Anglia ſenex quidam, qui ad centeſimum vigeſimum annum peruenerat; beneficio lactis, quo ſolo vtebatur vitam diu ſuſtinuit. Sed cum dentes maxime ad ſanitatem, & vitę diuturnitatem conferant, & vt cauſæ, & vt ſigna; ideo eos magna diligentia tueri oportet. Conſeruantur, ſi mane poſt ſomnum linteo fricentur, & aqua frigida os lauetur; quod etiam a paſtu facere conducit, vt cibi ſuperfluitates excernantnr. Qui autem eos imbecilles habent, aqua ſalſa os lauent, & puluere hoc vtantur, qui magnæ eſt efficaciæ ad eorum conſeruationem, & alitum oris commendandum. ℞. Serpilli; vel tragorigani dracmas duas; hyſſopi dracmas tres, parietariç melle, & ſale tenui ſubactæ, & in olla, donec in prunas redigatur, ideſt antequã ex toto exuratur, onc. iij. Tundito hæc omnia & cribrato eoq. puluere dentes fricentur matutino tempore. Indi fere nunquam dentes aut mittunt, aut male illis afficiuntur, in cauſa eſt folium illud betelæ dictum quod ſemper in ore habent; quod non modo expurgat dentes & roborat, ſed alitum ſuauem reddit. Cæterum Galenus exornatoriam artem a medicinæ vſu non excludit, nec indecorum medico eſſe arbitratur, ſi in mulierum gratiam ornamenta adhibeantur; Turpe enim eſt canutam apparere viro vxorem, alitumq. grauem, aut malum ſpirare odorem; quibus non denegabit medicus auxilia; ſed fucos, & alia præcioſa vnguenta, depilationis, & ſuſpectum omne ornamentum ac turpe a medicina excludere debemus. Interim tamen monitas mulieres vellim, atque obteſtatas, ne vultibus earum, pro ornamento ſublimato vtantur, vulgo ſolimato; Nam licet videatur a principio eius maculas delere, tanta tamen exſiccandi vi prçditum eſt, vt rugas ſtatim pariat, & Senes eas faciat ante tempus, Sed non hoc ſolum ex ſublimato vultui applicito damnum prouenit; Verum alitus fetor, dentium eroſio,

ſio, ac nigredo: quia ſi argento viuo his, qui vnguntur ad Gallicam luem, totum os vlceratur, cadunt dentes, & putreſcit os; quanto magis ex vnctione illa faciei cum ſublimato, quod ex argento viuo fit, & illo mordacius, & violentius eſt; corrumpentur dentes & oris partes omnes, ac maxillæ? Verum quid de ceruſa dicemus (vulgo biacca) quam vanę mulieres pro exornanda, vel potius deturpanda facie vtuntur. Sordida, & abominanda hæc eſt vnctura; dentes, & alitum corrumpit, nauſeam, & turpitudinem parit. Quamobrem ſublimata, & ceruſas, aliaq. eiuſmodi cataplaſmata, virgines honeſtæ, ac Venerandæ matronæ ſcortis relinquant; illis contentæ aquis pro exornanda facie, quæ ſimpliciſſimę ſunt; qualis eſt, quæ ex hordeo, lupinis, fabis, & limonum ſucco extrahitur. Narrat Galenus ad hoc propoſitum hiſtoriam valde notandam, his qui vultus ſuos ita ſordide inungunt. Phrinæ cælebris Athenarum Meretrix cum in conuiuio eſſet cum magna comitante caterua mulierum & virorum, ſtatutum fuit inter cateruas conuiuantium, vt per vices vnaquæque mulier imperaret, & eius mandata ſine recuſatione vlla exequerentur; cumq. Phrinæ ceruſa mulieres pictas cerneret, quam plurimas, aquę calidę amplum vas exportare iubet; illaq. aqua vt omnes vultus lauarent ſeuere imperauit, quo facto patuere vultus omnes, cum pudore & magno horrore earum, quæ depictę erant; ſola Phrinę, quæ faciem naturalem ſeruauerat ſine vllo fuco, omnibus ſpecioſior, & formoſior apparuit. Sed hæc obiter dicta sũt, ob dentium, & halitus, & oris cõſeruationem, & vt docerem mulieres per ſublimatum, aut pigmenti & ceruſę vnctionẽ rugas citiſſime contrahere, denteſq. amittere; halitum, & maxillas corrumpere, & turpitudinem, quam tam anxie fugiunt incurrere abominandam. Circa vero potus quantitatem temperatus homo, ſibi ipſi regulam bibendi ſtatuat; an vero potus, vel cibus copioſior eſſe debeat, non poteſt facile diſcerni; In temperatis hominibus,

bus, maior cibi, quam potus quantitas conuenit; Sed pro varia hominum natura, tempore, regione, & vitæ genere; quantitas potus varia ſit oportet; Calidi enim, & ſicci, graciles, ſatis copioſe bibere debent; humidi vero, craſſi homines ac frigidi minus; æſtate quoque, & in calida regione maior debet eſſe potus copia, quam cibi, contra in frigida. Sed hic quæret aliquis, cur Germani, adeo ſunt auidi potationis; nam regio frigida eſt; præterea cum multo calore, & humiditate abundent in viſceribus plus fameſcere, quam ſitire deberent; nihilominus nunquam vino, aut zitho ſatiari poſſunt, & cum bucella panis, grandes vini calices conſumunt; Ad quæ dicimus, quod vinũ in Germania, & frigidis regionibus expetitur, quia calidum eſt, & quia, non ſolum illis inſeruit pro potu, ſed pro cibo; cæterum quantum in natura eſt, plus deberent comedere, quam bibere; ſed ex accidenti ac mala conſuetudine cum vinoſi ſint, non multum edere poſſunt, neque enim, qui bibunt, comeſſores eſſe poſſunt, ac voraces, vel e contra; qui edaces ſunt potatores erunt inſignes. Quod ad tempora pertinet Hippocrates ſcriptum reliquit debere nos hyeme & vere plus cibi aſſumere, ob copiam caloris interni, contra æſtate & autumno minus; Nec conſequentia Fuſcii ſequitur; qui ex eo colligit male ab eccleſia per vernum tempus inſtitutam eſſe Quadrageſimam, & ieiunia, quod ſanitati non conducat per illud tempus abſtinere; Verum ſi iſte meminiſſet eorum, quę Galenus in commento eius ſententiæ affert, non tam libere, & impudenter illud affirmaſſet. Igitur ait Galenus, quod ver ſimile eſt morbis repletionum, & quod ſicuti in his conuenit inedia, & parcus victus, ita in vere, & quod licet Hippocrates dicat, quantum eſt in ratione temporis tunc plus edendum, quam ęſtate, & autumno; quia vrget repletionis periculum, magis propterea in vere abſtemios nos eſſe debere; quod nil aliud eſt, quam ieiunare, & herbas, fructus, piſces, aliaque pauci nutrimenti aſſumere;

quod in Quadrageſima fieri ſolet, optima igitur ratione Sancta Romana Eccleſia, omnium Eccleſiarum Mater eo tempore veris Quadrageſimam ſtatuit obſeruari; Fuxius vero ſolus eſt, qui ventri potiſſimum inſeruiebat, cui inconueniens illud apparuit. Adde quod cum Hippocrates multum cibi aſſumendum in vere ſtatuit, id de principio illius, & de fine hyemis intelligendum venit.

AN CVM MODERATIONE CIBI ET POtus tantum poſſint corpora imbecillia præſeruari à morbis. Caput XV.

HVIVS capitis doctrinam illos recte perpendiſſe vellim qui aliquam corporis partem imbecillem habẽt. Quare vel catarro, vel podagra, vel renum calculis, aſtmate, vel colicis, aliiſue doloribus per interualla excrucientur, nam queritur hic, an per libratam victus rationem, ideſt cibi & potus (dummodo in venere, ſomno, victu, paſſionibus ue animi nullus committatur error) ſine alia medicina tales homines immunes pręſeruari poſſint, ſic vt ſtatutis temporibus non redeant; Eſt autem nunc mihi ſermo cum prudentibus & moderatis hominibus, qui voluptates gulæ, & cæteras illecebras moderantur; Illis vero, qui præceptis minime obtemperare volunt, hęc fruſtra ſcribuntur; quippe qui magis faciant breuem voluptatem, quam ſalutem, qua nil præſtantius homini contingere poteſt; Atque vt res exemplo explicetur clarioris doctrinę gratia. Supponamus hominem in ætate conſtitutum annorum ſupra quinquaginta; Temperamento corporis ſanguineum; habitu vero craſſum, qui ob capitis humiditatem, & articulorum imbecillitatem, per interualla podagra laboret, atque ad palatum fere perpetuo ferantur excrementa; Preterea aluum habeat ſolutam; Imo ſæpe ventris fluxionibus copioſis corripiatur; quæritur an is ſola victus ratione, poſſit euitare mala pręadicta, quod

ipſum

ipſum de cæteris intelligendum venit, qui aliis per tempora morbis cōflictantur; Aſtmaticis ſcilicet, epilepticis, colicos affectis, cardialgicis, Hemicranicis, calculis renum afflictis, aliisue eiuſmodi perſonis; qui vel a natura; vel ex morbo vel mala victus ratione partem aliquam imbecillem habent. Certe ſi Galenum virum in arte oculatiſſimum conſulimus, pro huius quæſtionis diſſolutione dicemus; quod illæ paſſiones nunquam affligent hominem, niſi materia ſuperabundet in parte, quæ vel in ea generetur, vel alio ad illam veniat, ideſt licet podagrici debiles articulos habeant, hemicranici caput, colico obnoxii inteſtina, illi tamen nunquam corripientur doloribus, niſi materia ſuperabundet; Alioqui ſi imbecillitas ſatis eſſet ſine materia, ſemper dolerent; Si ergo inueniamus rationem, qua humor non aggregetur, liberabitur vnuſquiſque talibus doloribus, & paſſionibus. Sed hoc poſito fundamento rurſus quęrendum eſt; ſi corpus hoc, quod aliquas partes ſanas, aliquas imbecilles habet, vt in caſu a principio propoſito caput, & articulos, poſſit vna ratione victus ſeruari ſine abundantia materiæ, ſic vt partes ſanę, nullam patiantur noxam; vel ſi fieri poteſt, vt ea victus ratione, qua partes ſanæ ſeruantur ſeruari etiam poſſint ægrotæ, & videtur, quod non, quia ſi quis capite, & articulis infirmis eum victum inſtituat, qui ſanis partibus debetur, partes debiles prædictæ aggregabunt materiam, quæ tandem acceſſiones faciet licet longo temporis ſpacio. Sed contra, ſi quis ad proportionem partium infirmarum viuat, ſanas partes extenuabit, quia illæ maius requirunt alimentum, quam debiles. Verbigratia, ſi corpus a nobis propoſitum vna cibi libra, & altera potionis pro cibatione, bene ſanus viuat; quæritur vtrum habiturus ſit cum hoc victu podagram per interualla. Reſpondeo quod non poterit illam vitare, licet illa longiori tempore accedat, & minus affligat. Quod ſi contingat minuere victum, oportet reducere cibationem bis in die factam ad vncias viginti duas, &

ſi

ſi non ſuccedit, ad viginti, pro vnaquaque cibatione, ſic fortaſſe poterit in totum liberari a catarro & podagra. Sed ſi cum hoc victu partes ſanæ extenuantur, & corpus imbecille euadit quid agendum? Reſpondet Galenus, quod rurſus augeatur cibi quantitas; Verum quia cum hoc victu, rurſus ſpacio temporis podagra veniet, monet, vt tale corpus per interualla purgationibus vtatur; & ſic vel ſanguinis miſſione, vel purgatione in Vere, & Autumno, materiam detrahet, quæ acceſſionis cauſa futura erat. Sed ſi propoſitum corpus aluum humidam habeat, & frequenter fluxu ventris laboret; non indigebit fortaſſe iſtis vacuationibus, præcipue ſi per cauterium aliquod frequenter vacuetur, at ſi catarrus eſt fere continuus; qui deſcendit ad fauces, & palatum, neceſſe eſt aſſerere victũ, quo vtitur eſſe pleniorem, & quantitate maiorem, quam deceat; Ideo vt ab eo liberetur, quantitatem cibi minuerem, ſi ille in potu parce viuit; aut qualitatem mutarem, vt eadem aſſumeret quantitatem eorum ciborum, quæ parum nutriunt; Tentarem etiam numerum victus mutare vt ſi bis in die cibum aſſumit, ter in duobus diebus cibaretur, itaut vna die ſemel comedat; altera bis, aut ſi difficilem iſtam mutationem æſtimat; minuat quantitatem coenæ ita, vt ſit dimidia ad proportionem prandii, menſurando tamen corporis labores, & exercitium ad huiuſmodi victum; Neque enim in ea ætate, & corporis diſpoſitione conuenit aliud motus genus, quam ambulatio; aut leuis vectio in curru, vel nauilio per flumen, & quia Galenus præcipit vt partes imbecilles fricentur ſingulo die, ideo caput, & iuncturas mane cum ſurgit a lectu panno lineo mediocris aſperitatis moderate fricarem; Sed hoc extra acceſſionem, non cum dolet, facere oportet; Et quia tam calor colliquando, quam frigus fluxiones mouent, & præ cæteris, venus, ſi frequentius, quam decet, aut ſtatim a cibo vtatur, iſta fugere oportet, & ventos omnes vitare validos. Hæc ſi obſeruauerit, qui partes aliquas cor-

poris habent imbecilles, nullo medico, aut medicina ſani viuent, & a laboribus, doloribus, ac morbis liberati. Tantæ enim efficaciæ eſt victus ratio, præſertim in cibo, & potu moderato, vt aſſeueret Galenus deſperatos morbos, ac pertinaciſſimos, qui nulla medicamentorum multitudine, aut vi, vnquam ceſſere, ea ſola conſtanter adhibita ſanari; Verum quia de cibo ac potu ſermo abſolutus eſt, rationi conſonum putaui huic materiæ adnectere rationem fugiendi venena, ne ſcilicet incauti illa cum cibis voremus, ſeu id ſcelerati alicuius hominis inſidiis, ſeu caſu, aut fortuna contingat, nam res hæc non ſine magna vtilitate generis humani tractabitur.

QVA RATIONE VENENA FVGIENDA SINT. Caput XVI.

TANTA eſt hominum nequitia, cum auaritia, odio, aliaue ratione excitatur, vt nullum maiorem hoſtem habere videatur homo, quam alterum hominem, ſiquidem nec armis modo, verum venenis ſibi vitam adimunt, quę res adeo communis iam eſt, vt facilius ſit homines toxico, quam mures occidere; quamobrem cum de cibo, ac potu nobis ſermo eſſet (cum quibus potiſſimum venenũ hauritur) non abſque magna vtilitate explicare decreui, qua prudentia vti liceat, ne incaute illud aſſumatur. Quo modo præterea ſi quis vel inſidiis, aut mala fortuna venenum vorauerit, inde liberari poſſit; nec ſolum cibo, vel potu, ſed per contactum veſtibus, lecto, curru, ſede, equorum ſellis, ac ſtapedibus, apponitur; adeo ingenioſa & ſubtilis eſt hæc ars ad necandos homines. Venenorum ergo inſidias cauere maxime debent Principes, diuites, & qui inimicos habent, quæ cura adeo difficilis eſt, vt vix vlla prudentia humana ſatis eſſe videatur; quare inprimis Deum propitium habere oportet; quia, niſi Dominus cuſtodierit Ciuitatem, fruſtra laborant, qui cuſto-

diunt

diunt eam, Imperatores, & Reges, olim quotidie, aliquod Antidotum, quod eos a venenis prçſeruare poſſet aſſumebant, vel vt Antoninus Imperator theriacam, cuius quotidie ad fabæ magnitudinem mane aſſumebat, & Mithridates Rex, eo Antidoto, quod ipſius nomen accepit Mithridaticum dictum. Aſſerit Dioſcorides plantarum diligentiſſimus ſcriptor eum qui ante cibum caricas cum nucibus aſſumpſerit veneni vim effugere, cui rei etiam limonum, & citri bucella præſumpta mirifice conducit. Ne igitur quis incaute in cibo & potu venenum hauriat, multa notare debet. Primo quod etiam ſi fame & ſiti prematur, non edat, aut bibat magna cum auiditate, ſed paulatim guſtando ad ſcimiarum imitationem, eius quod aſſumitur periculum faciant; Nam Scimia, vbi quis illi aliquid edendum porrigit, primo diligenter rem intuetur, mox naribus explorat, inde dentibus minutiſsime guſtat, & denique ſi placet aſſumit, quamuis tota iſta diligentia non ſatis ſit, cum necentur ſublimato ficubus aliquando immerſo. Secundo notandum ſatis non eſſe principibus illud periculum cibi & potionis quod faciunt eorum coqui; & qui vinum porrigunt, nam iſti Antidotis prius præmuniri poſſunt, vel magna copia ciborum craſſorum, & pinguium, aut lactucarum aſſumpta veneni vires frãgere, & poſtea euomere; Præterea tã parua eſt copia eius quod aſſumunt, vt vix aliqua inde noxa fieri poſsit. Adde quod toxicum ea ratione præparari poteſt, vt non ſtatim noceat, ſed ad tempus. Tertio neceſſe eſt eum qui venena præcauere auet, vt Deum, vt dixi propitium habeat, quia ſi Deus, pro nobis, quis contra nos? Ideo Principes ac Reges, & qui aliis imperant, Chriſti ſeruatoris noſtri mandata ita obſeruent, vt a nullo vnquam notari poſsint, ſic enim amabuntur a ſuis, & omnibus aliis, ſi Iuſtitiam & Pacem ſeruent, & annonam pro ſuis populis copioſam ſubſtineant. Quarto procurent, vt omnes ii qui cibo & potu præſunt, & qui veſtes, lectos, ſedes, currus, ſellas, froena,

tractant,

tractant, & gubernant, ſint nobiles, fideles, non auari, aut vlla nota affecti; eosq. omnesq́, donis, officiis, & benignitate, fidiſſimos reddant. Quinto medicum habeant diligentem, probatę virtutis, & ſcientiæ, qualis olim fuit Alexandri Magni, qui cum litteras accepiſſet venenum in medicamento ſibi parari, altera manu ſumpto poculo a medico offerente, altera vero porrigens litteram, totum hauſit intrepide pharmacũ, atque probitati medici confidens ſanatus eſt. Et profecto cum vita principis in medici manu quodammodo poſita ſit; qui ſapiens fuerit Medicum ſuum multifaciet, ac beneficiis propitium tenebit; Nam vt libere, & ſine ſuſpicione loquar, nullum aliud ſeruitutis genus cum Medico comparari debet, qui in puncto plus conferre poteſt, quam multi alii in multis annis. Sexto notandum, quod ſcelerati venefici, occaſionem dandi venenum in medicamentis quærunt, vel in vino, aut cibo inuoluunt ſuſpecto; qualis fungorum eſt, odorem & ſaporem illius prauum aliis miſcendo, proinde omnes ſapores intenſi fugiendi ſunt, veluti dulcis, ſalſus, auſterus; verum quia aliquando non ex malitia, ſed a fortuna, vel caſu contingit, vt homines venenum aſſumant, ideo procurandum eſt, vt omnia vaſa, terrea, ligna, argentea, vitrea, recte obturentur; & ollæ ac cætera, quibus pro coquina vtimur, ne animal aliquod venenatum in eis cadat, & præcipue vaſa vinaria, quia ſerpentes auidi ſunt vini, & ollę quibus ad ignem coquuntur alimenta bene obturentur, & ſi fieri poteſt, extra caminum ſub dio, cœlo aperto ſint, quia aliquando ex caminis & tecto araneæ, & aſpidi quidam, qui ſub tectis latent, ſupra cibos cadere poſſent. Num vero per contactum venena etiam poſſint officere vt ſi veſtibus, aut ſellis equorum applicentur, non videtur fieri poſſe, quia ipſi venefici prius inficerentur, ex alia parte videmus in peſte per veſtes contactu infici homines, & vmbras quaſdam arborum, veluti veneno præſumpto hominibus nocere, quales ſunt taxi, napelli ſunt

H etiam

etiam malæ, & nuces, ac ficus, ſi quis ſub vmbra earum dormiat, quod non fieret, niſi per contactum venena in nos agere poſſent. Ad obiectionem vero, cur ſcilicet non nocent illis, qui ea tractant, in cauſa eſſe poteſt, quia defenſionem, prius parant, & ea caute contrectant. Cæterum præ reliquis nigra gens in AEthiopia occidentali valde inſtructa venenis perhibetur; adeo vt nil magis eorum Reges formident, quam venenum, quod contactu paratur, vnde cum illi volunt magnum confidentiæ ſignum oſtendere cũ Ducibus noſtris qui ad eos vadunt, digito tangunt eos, & eum ori admouent, quaſi affirmantes ea cerimoniæ digiti contactus, venenum nequaquam timere; & hæc de prudentia, quam habere debent homines, ne veneno in caute petantur, ſatis ſint.

QVA RATIONE VENENO ASSVMPTO procurare ne offendat debeamus. Caput XVII.

PRAESVMPTI veneni ſigna ſtatim ſe offerunt, quorum alia ſunt propria cuiuſque, alia vero communia. De communibus tantum dicemus, quæ horrendæ ſunt, & magna. Igitur toxico hauſto ęger frequenter in ſyncopem incidit, vel lipothymiam facies liuorem repræſentat. Oculorum lumen perditur; ſudor circa frontem frigidus apparet, & ſi venenum calidæ naturæ fuerit; ingens in viſceribus ardor, ſitis ardentiſſima, inquietudo, ſudor vires reſoluens, ſed ſi fuerit frigidi temperamenti profundus ſomnus, corporis frigiditas, & liuor. His ergo apparentibus ſignis tria medicus facere debet. Primo vt venenum celeriter a corpore extrahatur. Secundo corrigere oportet, & oppugnare eius vim. Tertio impedire ne vis illius cor ipſum petat. Ad vacuandum venenum vomitus commodiſſimus eſt, qui ſtatim procurari debet, exhibita ex aqua & oleo, tepida potione in magna quantitate ſumpta ad duas, vel tres libras, & cum ſemel euomuerit,

rit, rurſus ad euomendum nouis aſſumptis potionibus impellatur. Poſt vomitum ad clyſteres veniendum, vt ſi quid toxici in inteſtinis contineatur, per inferna euacuetur; ſint autem clyſteres validiores; qui hyeram logadii, aut diacatholiconem, vel aliud trahens medicamentum contineant; Deinde ad reliquias veneni expurgandas, & & obtundendam eius vim, præſertim ſi fuerit corroſiuum, lac aut buthyrum magna quantitate exhibendum & hac ratione primus ſcopus vacuandi venenum perficietur, quod quam citiſsime fieri debet. Secundus ſcopus erat repugnandi illius malignitati; quę vero id faciant remedia; duplicis generis ſunt; Altera ſimplicia, altera vero compoſita, inter ſimplicia præſtantiſsima ſunt lapis beſuar orientalis in magna quantitate ſumptus vſque ad grana quindecim. Vnicornii aqua bibita, terra lemnia, & bolus Armenus. Hippocrates maleficorum remedia, lac, allia, vinum acetum, & ſal poſuit; Sed hæc nobis ſufficiant; ſunt enim & mille alia ſimplicia. Inter compoſita vero nullum præſtantius eſt remedium in frigidis venenis aut a tota ſubſtantia ipſa theriaca antiqua, in calidis autem recentior, quæ ſi bene parata fuerit (quod tamen raro fit) nullo alio vti poſſumus præſtantiori remedio; Huic accedit Mithridaticum, Mithridatis Regis omnium ſui temporis potentiſſimi inuentum, qui curandæ vitæ diligentia cæteros mortales ſuperauit, & qui primus Antidota aduerſus venena inuenit, vnde Mithridatis Antidoti nomen retinet cum illius ſempiterna memoria, ad cuius regis imitationem, Magnus Aetruriæ Dux Ferdinandus, præſtantiſſima remedia atque Antidota pro ſecretis habet, inter quæ oleum illud contra venena, Magni Ducis dictum; qui ingēti & curioſa liberalitate hortos ſalubrium plantarum fabricandos curauit, & præſertim Piſis, vbi ad artis medicinę ſtudioſos, Viridarium coeleberrimum omnium fere plantarum abundans extruxit; Domoſque omnium rerum curioſitate plenas tenet; quibus animalium; lapi-

dum, metallorũ mira naturæ miracula reconduntur. Huius igitur theriacæ, aut mithridatii dracmas duas, cũ vino generoſo aſſumere a veneni potu decet, & poſt duas horas repetere, quo veneni vis frangatur. Sed hic nos detinet Plinius, qui & theriacã ipſam, & multo magis mithridaticũ vituperat; cuius hæc ſunt verba. Theriace vocatur excogitata compoſitio luxurię, fit ex remediis externis, cũ tot remedia dederit natura, quibus ſingula ſufficerent; Mithridaticũ Antidotũ ex rebus quinquagintaquatuor componitur, Interim nullo pondere æquali, & quarundam rerũ ſexageſima vnius denarii parte quo Deorũ perfidiã iſtam monſtrante? hominum enim ſubtilitas tanta eſſe non potuit; oſtentatio artis & portentoſa ſcientiæ venditatio manifeſta eſt. Hæc ille. Pręterea cum theriacæ compoſitionem carnes viperæ ingrediantur, & chalcitis quæ venena ſunt, aut venenis proxima, videntur ea magis deteſtanda, quam imitanda, præſertim cum multa ſimplicia ſint remedia experientia nota, quæ veneni ſunt expertia, & nullam inſignem qualitatem habent, vt theriace, & mithridaticũ, quibus difficultatibus reſpondentes, ad Plinii auctoritatem dicimus, cum ſi quis recte perpendat non damnare prædicta remedia, cum alibi probet; Sed cum eo loco ignorantiam medicorum deteſtetur, & eos etiam, qui cũ ſimpliciſſimis remediis, & paruo pręcio emptis vti poſſint ex India, mare rubro, aliis ve partibus adportari medicamenta iubent, quę non ſine magno pręcio, ac labore haberi poſſunt; qualia multa ſunt eorum, quæ theriacæ & mithridatici cõpoſitiones ingrediuntur; Adde quod deteſtatur medicos medicæ materiæ ignaros qui neque plantarũ vllam examinare tentent; vnde fit vt aliquando venena pro medicamentis ſumantur. Audio Romę inſignẽ Meretricem aſſumpto diamargaritone paulo poſt extinctam fuiſſe; culpa ſeplaſiarii, qui, tapſiam pro caſsia lignea, ob corruptũ Auicennæ contextũ in eam cõpoſitionem poſuerat Ad ſecundã dubitationem notandũ, ex Gallo 5. ſimpliciũ

quod

quod medicaměta Amuleta ſeu Alexipharmaca, quę venenis repugnant ſunt in duplici differētia; quædam alterãdo id faciunt, quædam vero vacuando; rurſus quæ alterant, vel id faciũt qualitate manifeſta; calore ſcilicet vel frigore; aut occulta, quã proprietatem ſubſtantiæ vocant. Rurſus quæ euacuant venena duplici ratione id faciunt; Aut ſua proprietate, & ſimilitudine, aut partium ſubtilitate, & calore exempla ſunt hæc; Opio vinũ reſiſtit ſuo calore, cinabari roſaceum ſuo humore, at ob occultam proprietatem venenis reſiſtit caro viperæ ſumpta, & ſcorpio appoſitus eius morſui. In vacuantibus agaricus venenum oppugnat, & euacuat a ſimilitudine; cępa vero, & allia exterius morſibus venenatis admota vacuant partium tenuitate & calore. In his ergo venenorum remediis, illa venenis reſiſtunt proprie (alexifarmaca, & alexiteria Galenus appellat) quæ ob occultam proprietatem & ſimilitudinem illis reſiſtunt. Hæc non debent eſſe naturis noſtris contraria omnino, vt venena, quia nos corrumperent; nec debent eſſe prorſus ſimilia, quia non vincerēt venena, ſed partim ſimilia, partim vero contraria, ſic viperæ caro, abſciſsis, capite & cauda habet ſimilitudinem cum veneno eius excremento. Sed habet etiam diſſimilitudinem, quia nos non occidit vt illud, ſic caro viperæ præparatę theriacam ingreditur, vt per ſimilitudinem agat in venenum, per diſſimilitudinem repugnet. Antidota ergo & proprie alexiteria ſi ſumantur non nocent, adeo vt nos vincant, nec prorſus, veneni naturam deponunt. Quod pertinet ad bezoartica, quę nulla inſigni qualitate efficiunt, ſed ſimilitudinæ ſubſtantiæ, vt lapis bezoar & vnicornium: Hęc imprimis adhibenda ſunt; deinde ad antidota veniendum. De chalcitide vero; ſeu vetriolo vſto theriacæ admiſcendo, ego certe cum Fernelio & Valerio cordo non probo illam admiſtionem; Cum enim medicamentum id ſumme cauſticum ſit, æſcharoticũ, & internis viſceribus infeſtiſſimum, nilq. ad vllum interiorem affectum conferre proditum

tum ſit, non eſt cur tanto incommodo & ſaporis inſuaui-tate in hac compoſitione admitti debeat, & ſi vt quibuſdam videtur compoſitionem totam nigriorem reddit, non debet in vnam coloris gratiam ſapore, & viribus tantopere corpori incommodare. Eo ergo ſublato compoſitio tota vtiliter, minus acris, & calida, & ſuauior euadet. Verum dicet aliquis ex hac amuletorum natura fieri vt principium & fundamentum medicinæ corruat. Quod contrariorum, contraria ſunt remedia, ſi enim morſui ſcorpionis idem applicitus ſanationem facit, per ſimilia procedet curatio actu & per ſe talis, quod omnino abſurdum videtur. Dicendum tamen eſt quod ſcorpio qui apponitur morſui, cui iam ſit mortuus, non habet eandem vim quam viuus, præterea caro ſcorpii, aliquam contrarietatem cum eius veneno habere veriſimile eſt; vel dicendum per accidens curare morſum, quatenus per ſimilitudinem trahit. Sed adhuc problema inquirendum proponitur contra determinata de amuletis; quia aliqua quæ ſunt vere venena, & ſi aſſumantur poſt alterius venenum curare ſolent patientes. Vnde Plinius Aconitum omnium venenorum ociſſimum ſcorpionum ictibus cum vino calido exhibitum aduerſari ait; ea enim eius eſt natura, vt hominem, occidat; niſi inuenerit quod in homine perimat, cum eo ſolo colluctatur, veluti pari intus inuento, ſola hęc pugna eſt, cum venenum in viſceribus reperit, mirumq. exitialia per ſe ambo cum ſint, duo venena in homine commoriuntur, vt homo ſuperſit. Hęc Plinius; quæ ſi vera ſunt videbitur oppugnata Galeni ſententia, qui remedia venenorum non debere eſſe venena aſſerit; ſed mediam naturam inter corpus & venenum ſortiri. Ad quam dubitationem dicimus; quod licet caſus Plinij verus ſupponatur; periculoſus tamen adeo eſt, vt nullus cordatus medicus, illud remedii genus, pro ſcorpionis morſu vti debeat, cum vera alexifarmaca ſine vllo periculo exhiberi poſſint. Galenus vero regulas ſalutares artis

proponit,

proponit, & remedia, quę ſi non iuuent, ſaltem non noceant, quæ potiſsimum & frequenter debent eſſe in vſu, non horrenda & mortalia; Sed hęc alterius ſunt negocii, nos ad rem propoſitam veniamus; & cum iam duos aſſumpti veneni curandi ſcopos abſoluerimus; qua ratione ſcilicet ea aſſumpta euacuari, & corrigi debeant; relinquitur tertius, per quem docemur prohibere, ne vis veneni ad cor eat; Id pręſtabitur per ea quæ ad loca diſtantia attrahunt; inter quæ cucurbitulæ, lumbis, natibus, cruribus applicandę; liganda etiam ſunt brachia & crura, ac fricanda; attrahere pręterea ad cutim licet, vel calore balnei, vel calore animalis nuper occiſi per dimidium diſſecti; quo remedio vſum eſſe perhibent Valentinum Alexandri Sexti filium, vt a veneno liberaretur, quod aliis parauerat & mutatis, diuina iuſtitia uaſis aſſumpſerat; occiſo enim mulo, & extractis inteſtinis per medium diſſecandum curauit, & intra eum, dum adhuc caleret, ſe condidit, & mortem aufugit; Plinius, qui nil intentatum reliquit, quod notatu dignum eſſet; quęrit an terra accuſanda ſit, quod venena produxerit; eamq. vt benignam matrem excuſat, cum ad recipiendos ſpiritus vitales cogatur, imo eo ipſo laudandam eſſe concedit, quod venena genuerit, cum quibus homo ſibi, ubi placuerit, uitam adimeret, ſi quando neceſſitas maioris tormenti impellat, ut cum ſub poteſtate hoſtium crudelium ſumus, qui tormentis vita nos ſint priuaturi, vel ſi fame moriendum eſſet; & ne poſt mortem vllum genus animalium cadauer hominis ſic occiſi uoraret (cum omnes uenenatas carnes fugiant), ſed ipſa benigna tellure reciperetur. Sic Demoſthenes, Anibal, Cleopatra, ueneno ſibi uitam ſubſtulere, quod etiam Mithridatem Regem tentaſſe ſcribitur, ſed ob antidotum cui aſſuetus erat, non potuiſſe, eo genere mortis uitam finire. Verum illud Plinii conſilium a nobis Chriſtianis, probari non poteſt nec debet; nec nos nobis ipſis uitam tollere poſſumus, quæ noſtra non eſt, ſed Dei bene-

dicti

dicti, qui eam nobis dedit, imò quo per cruciatus, & tormenta, maiora ferimus; maius in cœlis prœmium nobis paratur; ſi patienter, & conſtanter feramus ea, ad imitationem Domini noſtri IESV CHRISTI, qui nulla ſua, ſed noſtra culpa, uitam in tormentis finiuit, ut a manibus Satanæ liberaremur.

DE SOMNO ET VIGILIA. Caput XVIII.

DORMIVNT cuncta animalia, quæ cor habent; aquatilia quoque exiguum quidem etiam qui de cæteris dubitant dormire tamen exiſtimant, non oculorum tegumento, quia non habent genas, verum ipſa quiete cernuntur placida ſeu ſoporata; neque aliud, quam caudas mouentia, & ad tumultum aliquem expaueſcentia; Inſecta quoque dormire ſilentiò apparet; quia nec luminibus quidem admotis excitentur. Homo genitus premitur ſomno per aliquot menſes, deinde longior in dies vigilia. Somnus autem nil aliud eſt, quam quies nobis a natura data ad vires reficiendas; quia calor per eum ad viſcera retrahitur ad corporis medium, collectuſq. potentior euadit, vt ad vigiliam labores reddat, vnde abſque ſomno, diu viuere non poſſet animal; quinimo nullo euidentiori ſigno cognoſcitur ſanus homo, quam ſi placide, & diù dormiat; Nec ſolum ſomnus ſanitatem ſeruat; ſed vitam producit, vnde fabula illa de Gnoſio Epimenide, quem, cum puer eſſet, itinere feſſum, quinquaginta ſeptem annos dormiſſe ferunt; rerum faciem, mutationemq. mirantem, veluti poſtero experrecto die; hinc parinumero dierum ſenio ingruente, vt tamen ad centum, & quinquaginta ſeptem annos vitæ duraret; qua fabuloſitate nos docet antiquitas quanti faciendus ſit ſomnus ad vitæ diuturnitatem. Cæterum quam vtilis ſit ſomnus in agricolis, facile conſpici poteſt; qui licet praua victus ratione vtantur pane malo,

malo, fructibus, herbis, cœpis, leguminibus, aliiſue eiuſmodi alantur; quia tamen multum & profunde dormiũt, omnia digerunt; Neque aliquid eſt, quod magis coctionem iuuet; contra qui vel vnam noctem inſomnem tranſeunt; tota die fracti, debiles, flatibus, & cruditatibus abundantes cernuntur; ideo qui aliqua ratione vigilare coguntur; parce admodum edant. ac bibant, ſi ſalutis ſuæ curam habere volunt. Cæterum de quantitate ſomni Galenus, hominem ſanum ſibi ipſi regulam præſcribere dicit, talis enim tantum dormit, quantum illi opus eſt. Communis tamen menſura eſt, vt non ſit minor ſex horarum; nec maior nouem. Cum autem dies horis viginti quatuor definiatur in tres partes a nobis ſecabitur. Quarum prima ſomno dabitur. Secunda vero exercitiis, & honeſtis voluptatibus. Tertia vitæ negociis. Licet autem ſomnus ſeptem horarum definiatur; tamen ob naturas, ętates & alia multa, variat; quia infantes fere ſemper, pueri diu admodum dormire debent. Senes quantum eſt in ætate parum dormiunt; verum illis longior ad ſanitatem ſomnus; quam cæteris conuenit; etenim ſomnus vita ſenum eſt, & quamuis non dormiant, decumbat, per decem, vel duodecim horas. Cardanus tanti facit ſomnum copioſum; vt nil magis ad ſanitatem & vitam producendam conferre arbitretur; quod præceptum cum a Patre accepiſſet; illud adeo ſe obſeruaſſe ait, vt nunquam niſi hora vna poſt ſolis ortũ ſurgeret. Quo ad ſomni tempus, nocte dormire oportet; die autem vigilare, quia ita nobis a natura ſtatutum eſt; niſi veſpertilionum aut noctuæ vitam, prout apud piratas, & aulicos fieri conſueuit agere velimus; qui tamen noctu dormire nequeunt; diei partem ſomno aliquam tribuant; Inter quas nulla eſt laudabilior, quam matutina vſque ad tertiam diei partem; Nam ſomnus a prandio non ita vtilis iudicatur; omnium autem peior eſt, qui ad veſperam fit. Somnus autem a prandio, quod Celſus meridiationem vocat, æſtate conceditur homini-

bus calidis ac ſiccis,gracilibus,ſenibus,& ſtudioſis; ſed per horam tantum ſedentes, aut ſtratis duris iacentes coriaceis ad caput culcitris. Hora vero iacendi commoda eſt a cœna per duas, vel ſaltem horam vnam. Alioqui cibus ſtomaco ſupernatat,& caput repletur vaporibus, vnde catarri materia gignitur. Habent aliqui pro ſecreto ad catarrum dormire capite non altiore pedibus,ſed æqualiter locato,itaut nil ſub capite ſubdatur; ſic enim prohibere,ne vapor ſurſum,neque humor deorſum deſcendat,id quod experientia ſe probaſſe in ſe ipſo & in aliis iureiurando affirmauit egregius ac doctrina inſignis doctor Damianus Dies conciuis meus veluti ex clariſſimo Mercuriali acceptum & confirmatum. Ego tamen excepto illo caſu magis laudo decubitum,altiori capite, quod tamen eos facere conſulo qui catarro non ſunt obnoxii. In hyeme lectus calefiat ſenibus, pueris, debilibus, & infirmis, ac gracilibus,.itaut in eum ingrediátur actu calidum; In iuuenibus autem & fortibus caleſcat etiam ad frigiditatem frangendam, & ſiccanda lintea; lectum tamen actu calidum non ingrediantur; Verum permittant parum tepeſcere. Dormiant primum ſub latus dextrum;deinde a primo ſomno ſub ſiniſtro; ita enim fiet vt ventriculus quaſi olla vndique igne ſepta melius coquat alimenta. Domus vero, ſeu Thalamus ſit capax, amplus, perſpirabilis, vt aer libere moueatur; nam in tuguriis facile putreſcit,quare Galenus narrat, quod in quadam peſte Græcie morbus incœpit ab his, qui in paruis, & parum perflatis caſis habitabant. Non eſt dormiendum nocte ſub dio, nec ad lunæ lucem,nec ſub ſole; nec ſub vmbris malarum arborum vt ficus, nucum, & aliarum eius generis,feneſtrę optime obturentur, ne aer nocturnus per fiſſuras ingrediatur; Non ſint in thalamis carbones accenſi; quia eorum fumus & vapor ſuffocat dormientes, vt experientia comprobatum eſt. Nec dormire conducet in cameris recenter fabricatis; aut calce vel gypſo nuper conglutinatis. Lectus ſit lon

gitu-

gitudine trium brachiorum;latitudine ueroduorum cum dimidio. Culcitræ ęſtiuo tempore ex ſtupa ſericea, hyeme vero ex lana. Prętereа caute obſeruandum ne dormiamus culcitris plumeis, ut in Germania fit; nam is decubitus calculos renum gignit, calorem extraneum conciliat, & ad tabem præparat. Hyeme caleat camera, ornetur pannis laneis lectus operimenta ſint leuia, ſed quæ calefaciāt; frigus uitando, ęſtate uero citra calorem accumbat; & quotidie lectus & culcitra, ſi fieri poterit, amoueantur, & rurſus, componantur hora ſomni, ad deuitandas cimices, & pulices; Conducit etiam in æſtate lectis pendentibus dormire, alligando eos ad tectum thalami ex quatuor angulis; Vel fiant lectus ex retibus bombacinis, quæ hinc inde appendantur in aere; quod noſtri Luſitani in Braſilia faciūt, vbi locorum Braſilii ipſi agreſtes feri, ac Barbariſſimi omnium gentium (quamuis in hoc laudandi) dormire conſueuere ſuper his retibus arboribus appenſis. Sed de hora, qua ſurgendum ſit a ſomnis, & quę ſcilicet ſit ſalubrior, non conuenit apud auctores. Nam Ariſtoteles, a quo veluti a fonte, omnia exhaurienda videntur, laudat ſurrectionem matutinam ante ſolem ad tria, ſcilicet ad ſanitatem; ad contemplationem, nec non ad augendam rem familiarem; a quo Marſilius Ficinus libro ſuo de vita ſtudioſa accepiſſe videtur, præceptum quo ſcolares ſuos monet, vt ante lucem ſurgant. Sed ex altera parte ſomni amantiſſimus Cardanus Ficinum acerbe reprehendit, quippe qui contra ſanitatem talia proponat, cum illa hora, qua ille ſurgere vult pro capiendo ſomno, ſit omnium vtilior; ideo omnes obteſtatur, vt non ſurgant, niſi hora vna poſt ortum ſolis. Nec ſatis eſt ſi Ficinus pro ſua defenſione adducat, ſcolarem ſuum debere prima nocte ſomnū capere, vt ſomno ſaturatus ſit ad ſurgendum ante lucem, ſaltem per horam; nam hæc excuſatio, inquit Cardanus, nulla eſt; quia, ſomni duæ ſunt vtilitates; altera prima, quæ ventriculo & iecori conducit: Altera vero ſecunda, quæ

cordi, & cerebro, reficiendis dicatur, quę eſt ad vltimam noctis partem, vſque ad ortum ſolis, & eſt tanti momenti ſecunda hæc ſomni pars, vt reliquis vſque ad mediam noctem, vel amplius vigilet; ſed poſtea dormiat ad ſolis ortum, vires refocillatas experiatur, ac ſi tota nocte dormiret; Contra vbi quis magnam noctis partem edormiat, ſi antelucanis horis abſtineat a ſomno, tota die male habeat, ac ſi non dormiſſet; Ex quo contra Ficinum concludit, quod ſcolares non debent ſurgere ante lucem, etiam ſi prima nocte ſomnum arripiant; quia ſomnus illius horæ habet pręcipuam prærogatiuam. Ego pro deciſione huius quæſtionis ſtatuo in hyeme ſurgendum non eſſe niſi poſt ſolis ortum ſaltem per horam, quod cum aliis conducat, tum maxime ſenibus, & qui debilem naturam habent; Iſti enim non modo eo tempore poſt vnam horam ab ortu ſolis, ſed poſt duas & tres reſurgant, at in æſtate, vt matutino crepuſculo id faciant conſulo; ipſo ſcilicet matutino albore, inclareſcente die, vt auræ frigiditatem guſtent, ac temperet calorem, ac perinde Ariſtotelis dictum in æſtate de ſurrectione matutina laudo ad tria propoſita. Sed in hyeme eam ſurrectionem ad ſanitatem minime conducere exiſtimauerim. Sed quia iis, qui lecto iacent, nec ſomnum capere poſſunt, magna naſcitur moleſtia, atque vigilia ipſa, ſi quid aliud ſanitati aduerſatur; ideo de remediis ad ſomnum conciliandum aliqua dicenda ſunt. Duobus autem potiſſimum de cauſis, ſolet impediri ſomnus; ab interna ſcilicet, vel externa. Interna calor eſt, & ſiccitas, aut humores calidi in corpore abundantes. Externa cauſa vigiliæ ſunt, curæ, & animi paſſiones, quæ potentes homines, & negociis arduis implicatos potiſſimum excruciant. Igitur ſi ſomnum introducere volumus eas cauſas amouere curabimus. In internis corpus temperando, & ſi opus fuerit bilem vacuando. In externis vero paſſiones animi corrigendo. Additur tertius modus ſomni conciliandi per ea quæ intus calorem pellunt, vel

trahunt,

trahunt; de quibus omnibus dicendum erit. In primis tenebræ, & ſilentium ſomnum conciliant caloris reuocatione vnde Galenus lumina repente extingui, & ſilentium adhibere; quoties ſomnum prouocare velimus præcepit; quæ animum demulcendi vim poſſident, ea ſomnifica ſunt, ſicuti muſica, riuorum & fontium blandus ſonitus, frictio leuis crurum & plantarum pedis, quæ validum eſt remedium pro ſomno conciliando, adeo vt ſi multa foret, poſſe inducere lethargum aliqui exiſtiment. Eo remedio delitiarum gratia in tota India, homines & fœminæ ad ſomnum inducendum vtuntur, pręcipientes ſeruis, poſtquam lectum ingrediuntur, vt leniter pedes fricent. Inter ea, quę attemperant corpus, ac refrigerant; aliqua in cibum deuorantur; aliqua vero extra applicantur in cibo, nullus eſt commodior pro ſomno, amigdalacea ſorbitione cum coriandro viridi, quę herba apud Hiſpanos magno eſt in vſu ad obſoniũ, & carniũ condimentũ, quamuis Dioſcorides eius frequentem, vel in magna quantitate vſum damnet; quod mentem lædat; vnde non mirum eſt, ſi apud Hiſpanos tot mentecapti reperiantur, cum in omni fere acetario coriandro vtantur, quod reliquæ gentes præcauent. Igitur accipito lactis Amigdalarum aqua hordei extracti quantitatem quam vis, illamq. igni lento admoue, zaccari, & ſeminum peponum parum adde, paulatim incoque, & coriandri viridis manipulum mortario contuſum imponito, omnia ſemper cocleare agitando procede, fiat potus, qui hora ſomni capitur, eſtq, pro ſomno conciliando probatiſſimus. Ratio videtur eſſe euidens; quia cum caput petat, & frigidum ſit coriandrum, ſi amigdalis, quę euaporant etiam ad caput addatur, ſomnus inducetur; Verum de coriandri temperie, non conueniunt Dioſcorides & Galenus, ille enim frigidum eſſe, hic vero potius calidum, quam frigidum ſtatuit, Galeni ratio euidens videtur; ſiquidem cum reſoluat ſcirros & durities, videtur calidum eſſe. Pro deciſione dicen

dum

dum eſt, coriandrum diuerſam habere partium compoſitionem, quarum aliæ calidę ſunt, & igneæ; aliç vero frigidæ, & aqueæ, quare & frigidum & calidum dici poteſt; Id quod in multis aliis medicamentis cernitur. Lactuca etiam & cruda, & cocta in cibis ſumpta a menſæ ſomno conciliando eſt aptiſſima. Conducunt etiam ad eandem intentionem papauerum ſemina cibis commixta, & ſyrupus de papauere ad vnciç pondus hora ſomni aſſumptus; quæ omnia vt attemperantia ſomnum inducunt. Sed extra; balneum aquæ tepidę, in hoc efficiendo magnam vim habet refrigerans, & humectans. Solet etiam inungi frontis pulſus, pedum plantæ, partes epiglottidis vnguento populeone ad ſomnum inducendum. Sed cum illud valde fęteat non laudo niſi quędam remoueantur, quæ fœtorem illum faciunt. Apud Indos orientales; in frequenti vſu eſt opium, illudq. aſſumunt in tanta quantitate, quanta ſi nobis aſſumeretur dormiendo occideret, eoque pro ſomno conciliando, nec non pro luxuria vtuntur; Eſt enim opiū flatuoſum, & ideo Venerem diu ſuſtinet. Aliquando in magna quantitate aſſumunt, vt dormiant tres dies, pro laboribus, & curis vitæ tollendis, & quiete corporis inducenda; & quod magis eſt; ſi quis opio aſſuetus illo priuetur, ægrotat, vt contigit quibuſdam Turcis, qui noſtris nauibus in Portugalliam vehebantur, qui cum opio nauigando non vterentur, deficiebant, & morituros ſe eſſe affirmabant, niſi opium concederetur, quo facto ſtatim reſtituti ſunt. Nec propterea putare debemus, poſſe aliquos nutriri veneno, licet Galenus aſſeueret puellam quandā, eo ab ineunte ætate nutritam, vt illos alitu interficeret, qui cum ea rem haberent; nam id in his venenis verum eſſe poterit, quæ non a tota ſubſtantia occidunt; ſed in his, quæ qualitate ſua id faciunt; opium autem cum refrigerando interimat; ſi pauca quantitate aſſumatur, non occidet, verum viperæ venenum, quauis minima mole id facit. Cæterum, quia ſunt quædam animalcula, quæ thalamis,

lamis, lectoue verſantur, periculoſa, & ſomnũ impedientia, velut araneę, ſcorpiones; ſalamandræ, cimices, pulices, & culices, & pediculi; propterea dicendum eſt, qua cura, & prouidentia arcenda ſint. Ideo multis modis fieri poteſt. Primo per munditiem, ſi quotidie Domus mundetur ſpatula; non modo pauimenta, ſed tecta, & parietes frequenter aqua lauentur, feneſtræ pateant, vt aer, libere ingrediatur. Corpus balneo tepidæ lauetur ſemel in hebdomada. Vnguentis odoriferis vtatur. Cæterum inter nocturna animalia cimices peſſimæ cenſentur, quia non modo ſomnum impediunt morſu ſed halitu adeo inficiunt, vt iniuriæ vindictam nullus noſtrum facere audeat, imo poſtquam manibus apprehendimus, eiicimus a lectis noſtris liberos. His nidos perdere oportet, qui ſub tecto, muris, & lecto conduntur, adhibendo, quæ odorem intenſum habent; quidam experientia compertum habent, quod ſi culcitra vltima ex alga marina fiat, ex ea ſcilicet palea, qua vitra inuoluuntur cimices in totum non amplius regigni. Grauem tamen palea illa expirat odorem, qua ratione peſtem iſtam pelli puto. Si lecti quoque ſtaphiſagria, vel ruta, vel abſynthio, vel elleboro inungantur; occidentur cimices, & pulices. Quo ad culices vero, quę & morſu & ſono, adeo nos afficiunt per noctem, quid attinet dicere? Plinius naturam adeo admiratur in huius animalculi generatione, vt in hęc verba prorumpat. Ex
„ magnis profecto corporibus facilis officina ſequaci materia
„ fuit, At in his tam paruis, & tam nullis, quæ ratio, tanta
„ vis, quam inextricabilis perfectio? O miram naturę pro-
„ uidentiam, vbi ſenſus locauit in culice? vbi viſum in eo
„ protendit? vbi guſtum applicuit? Vbi odoratum inſer-
„ uit? Vbi vero truculẽtam illam & proportione maximam
„ vocem ingenerauit? qua ſubtilitate pennas adnexuit?
„ pręlongauit pedum crura? diſpoſuit ieiunam caueam?
„ vt aluum auidam ſanguinis, & potiſſimum humani ſitim
„ accendit? Telum vero perfodiendo tergori quo ſpicula-

uit

„ uit ingenio? vt fodiendo acuminatum pariter, ſorbẽdoq.
„ fiſtuloſum eſſet. Sed turrigeros elephantorum miramur
„ humeros, taurorumq. colla & truces in ſublime iactus;
„ Tigrium rapinas, Leonum iubas, cum rerum natura nuſ-
„ quam magis, quam in minimis tota ſit. Hæc ille. Vt igitur hæc animalcula a lectis eiiciantur, nil melius fieri poteſt, quam ea vti prouidentia, vt mane aperiantur feneſtrę ad perſpiratum, Domus mundetur, lectus reficiatur, & ilico claudantur rurſus vſque ad noctem, non modo feneſtræ, ſed portæ thalami. Quidam olim Romæ rete denſiſſima pendẽte operiebatur in lecto, quam ex ſericeo purpurino fabricandam curauerat, vt ingreſſus his importunis animalculis occluderetur. Pulices, pediculi, & cætera immunda animalia, iiſdem artibus, quibus & cimices necabuntur; Mirum profecto eſt quod Luſitani noſtri in Oceano nauigantes narrant; vbi enim lineam æquinoctialem tranſeunt, ſtatim in nauibus moriuntur omnia animalcula, quæ ex putredine naſcuntur, cimices, pulices, pediculi mures, & cętera eius generis, tãta eſt cœli & aeris illius vis.

DE VENERE, Caput XIX.

CVM hæc inferiora corruptioni obnoxia, non poſſet natura perpetuo in indiuiduo ſeruare, vnicuique ſpeciei marem & fœminam dedit, vt per generationem in ſpecie ſaltem continuo permanerent; quamobrem tam incomparabilem dulcedinem in eorum vnione locauit, vt merito ſapiens ille, muliere nil potentius eſſe iudicauerit. Epicurus (referente Galeno) Veneris omnem vſum, vt ſanitati hoſtem damnauit; Democritus quoque eum reiicit, vt in quo homo alius exiret ex homine; vnde videmus ſalaces, & qui plures liberos procreant breuis vitæ eſſe; idq. illis, quod plantis euenit; quę poſt ſeminis confectionem areſcunt & emoriuntur. Præterea videmus homines, qui ab ea abſtinent, diutius viuere, quod in pa-

tribus

tribus olim in Heremis conſpiciebatur; ſed iſta non ſunt adeo efficacia, vt nos fateri cogant Venerem ad ſanitatem nullo modo facere; imo certius & euidentius probabimus, coitum, non modo ſaluti conferre; verum etiam quod ſi ab eo in totum abſtineamus multum lædi. Et imprimis vel ex eo probari poteſt, quod a natura inſtituta ſit venus, quæ natura nil molitur vnquam niſi in conſeruationem. Vlterius ſemen, quod Venere excernitur, excrementum eſt corporis noſtri, quod excerni poſtulat, & ſi retineatur ueneni vim aliquando aſſumit, adeo ut concitati homines ad coitum; locũ non adinueniant, niſi quod cruciat, foras pellatur; Sed ſeminis retentio longe nocentior eſt in mulieribus, quorum Virgines & Viduæ, quę Viri conſuetudine ſunt orbatæ, ſæuius matricis accidentibus adeo torquentur; ut quædam penitus uocem & pulſus amittant; Aliæ vero animi deliquo præhendantur. Igitur qui coitum damnarunt, & vt ſanitatis hoſtem reiecerunt, eo potius reſpexiſſe videntur, quod homines libidine effrenata teneantur, neque modum, neque menſuram in eo ſeruant. Quare maius damnum ex ſuperflua Venere, quam ex abſtinentia timendum ſit; Multi enim iuuenes & robuſti, tot vicibus vna nocte Venerẽ aliquando repetunt, vt vel breui acuto morbo correpti moriantur, Vel in graues morbos incidant, a quibus vix reſurgere poſſunt; Nam vbi corpus aliquod ex nimia Venere debilitatum morbo acuto apprehenditur, nullus datur remedio locus; Nocet autem nimia Venus, potiſſimum hominibus; nam mulieribus vix eſt qui ſatisfacere poſſit, quoniam cum frigidæ ſint, & minus reſolubiles, non ita reſoluuntur vt viri; coitus ergo frequens debet eſſe, non numero, ſed natura; ideſt tunc rem habere, ſolum oportet, cum natura nos ſtimulat; ex quo vſu, corpus leuius magiſque reſpirabile apparet. Nec ſtimulis procuranda Venus, aut nouis artibus prouocanda, cum appetitus hic in nobis freno magis, quam calcaribus indigeat. Galenus non iudi-

cat vtilem coitum, niſi iuuenibus, & in ętate florente; quod notare vellem illos qui iam ſunt in primo ſenio, & eos magis, qui ſexageſimum annum attingunt; Illis enim temporibus, imo cum iam canities aliqua mento conſpicitur vinum amplectendum, Venus vero abiicienda; Vix tamen vlla eſt ætas, quæ hac voluptate priuari poſſit; ſed vnuſquiſque vires menſuret ſuas, & quantum valeat. Argenterius iuuenibus, & ſanis hominibus, etiam ſi ſemel in die coeant, ſine damno fieri poſſe affirmat. Sed melius Galenus interuallum vnius ad alterum cōueniens exiſtimat; ſi poſt coitum, nulla corporis imbecillitas ſequatur, & corpus, expeditius (vt dixi) & melius reſpirare appareat. Cæterum ſanguinei frequentius; flegmatici, & qui habēt denſum corporis habitum in vere & in hyeme frequentius quoque congredi debent; Contra qui calidi, & ſicci ſunt, aut imbecilles & rarę texturæ homines rarius. Celſus in ęſtate ab eo prorſus abſtinendum præcepit, raro in autumno, quod tamen mulieribus minime placebit, poteſt tamen omni tempore fieri, cum ea moderatione, quam diximus. Sed diſcutiendum eſt, qua diei hora coitus ſit ſalubrior, quod propter controuerſas ſententias determinare facile non eſt. Illud omnibus conceſſum ſtatuendū id officium magis conuenire noctu, quam die; ſed qua noctis hora non conuenit; quia quibuſdam ante ſomnū coeundum eſſe ſalubrius videtur; ſiquidem eo tempore venas habet homo tumidas ob vinum ac cibos, ac perinde feruentior eſt ad Venerem; præterea ſomnus poſt Venerem reficit hominem; ſed ſi poſt ſomnum fiat, cum ſuccedat diei labor; duo erunt labores, & debilitabitur amplius; Adde quod hora ante ſomnum vtilior ad generationem, idcirco apparet; quoniam quieſcens mulier & ſoporata melius ſemen retinebit, & concoquet, quam ſi a ſomno illud recipiat. Sed huic opinioni ſe opponit Hippocrates; cui in arte medica fides, pluſquam cęteris præſtari debet; Is enim poſt ſomnum coeundum eſſe, nec ſi-

ne magna ratione ſcripſit, quia illa pars diei eſt Veneri aptior (nemine diſcrepante) in qua homo fortior, & temperatior eſt; ſed a primo ſomno talis eſt homo, illud igitur tempus præ cæteris ad eam rem aptius cenſeri debet; quod vero tale ſit corpus ea hora, ex eo abunde probatur, quod per id temporis homo a ſomno recreatus eſt, & tūc exurgit ad labores. Præterea coitus ante ſomnum, pluſquam cæteris temporibus nocet, quoniam tunc Venus exercetur, corpore cibis repleto, & calor naturalis diſtrahitur; coctio impeditur, ac ſomnus interrumpitur; & denique facit, vt cum adhuc ſemen coctum non ſit, fœminę ex eo congreſſu gignantur; quare ſtatuendum eſt commodiſſimam congreſſus horam eſſe poſt ſomnum. Nec ea quæ adducuntur in contrarium nobis negocium faceſſunt, nam quod ante ſomnum feruentior ſit ad coitum homo nil facit; quia promptitudo illa tam celeris, potius nocet generationi, quamuis forte his, qui impotentes ſunt ad incitandum talis hora eſſet commoda, ſed pauci iſta indigent prouocatione. Quod vero labor diei ſequens coitum debilitet, verum non eſt ſi homo vtatur eo moderate; adde quod etiam ab eo redormire poterit; fœmina præterea quieſcere diu in lecto poteſt, & ſic non impedietur ſeminis retentio; Sed audite ſententiam, quam nobilis quædam matrona altercantibus hac de re medicis in medium protulit; hæc enim cum huius rei valde eſſet perita; quod quatuor viros habuiſſet; vtraſq; opiniones de hora congreſſus falſas eſſe, conſtanter aſſeuerauit; imo id faciendum eſſe & ante, & poſt cœnam, ſic enim fieri, vt mares, & fœminæ gignerentur. Reſtat vt dicamus de illis, qui vt refert Galenus, a Venere abſtinere nequeunt, ob ſeminis abundantiam, & acrimoniam, (adeo vt mulieres illud recipientes manifeſtum calorem & mordacitatem ſe ſentire fateantur,) verum ſi rem habeant valde læduntur; ſiquidem pallidi, & cauis oculis conſpiciuntur, ſed neque ſi abſtineant magnopere iuuantur; ſiquidem capite gra-

uati & ſomno imbecilles fiunt; quibus mederi oportet, corpus intus & extra attemperando, & humores, qui ad renes & pudenda fluunt, alio auertendo; Alimenta igitur temperata ſint, & pauci nutrimenti abſtineantq. ab omnibus, quę Vener prouocare poſſunt, qualia ſunt flatuoſa, veluti fabæ, rapæ, piſtacia, pineæ, nuces, oua, vina, grandia, carnes multum nutrientes; ſed lactuca vtantur in cibis cocta, & cruda, nec non cicorio & cucurbita, vinum aquoſum ſit, aut mediocre lymphatum. Sunt nonnulla, quæ libidinem extingunt, inter quæ anethum, & mēta, ruta, & agnus caſtus, quibus in acetariis & condimentis ac iuribus vtendum; Sed extrinſecus ad lumbos apponere oportet, quæ refrigerent; inter quæ, lamina plumbea ſubtilis miram vim habet; vnde athleta quidam (referente Galeno) ex eius vſu, ab hoc malo conualuit; Verum lamina iſta, his qui renes non ita validos habent, potius nocumento erit; ideo eius loco nymphea, folia roſę, aut vitis frondes lumbis applicentur, & lecto etiam ſternantur. Inungantur quoque oleo roſaceo, melino, & prę cæteris cerato Galeni refrigerante, quod magnam habet hac in re prærogatiuam; Oleum etiam violaceum, & acetum renibus impoſita multum conferre certum eſt; in cæteris Galenus iubebat, vt ſi homines obſeruarent tempus incitamenti, & tunc bene cęnando dormirent, a ſomno vero coirent, deinde mane in lecto fricarentur brachia, ſpatulę & pectus aſpero linteo, poſtea exercerentur brachia & ſupernæ partes, vt leuigando cartam, vel lignum, folles agitando, rotas voluendo, aquam ve e puteo hauriendo; ſic enim materia a renibus reuocatur; balnei etiam tepidæ & dulcis aquæ vſus, mire his conducit, a quo inunctiones illæ in renibus fieri debent.

DE EXCREMENTIS. Caput XX.

PRO ſubſtinenda vita, cibo & potione indigemus, alioquin ſeptem dierum ſpacio ad plus intereundum neceſſario eſt, nam ſicuti lucernam oleum, & ligna ignem ſubſtinent, ita cibus & potus, vt caro, panis, vinum, hominis calorem ſeruant. Alimentum ergo, primum in ventriculo elaboratur, & fit quaſi lac, quod chylum ſeu ſuccum vocant; Deinde in hepate alteratur, & in ſanguinis naturam tranſit. Ex hepate deinde per venas in membra defertur ſanguis, & denique in ea conuertitur; ſcilicet in carnem, oſſa, neruos, medullam, & reliqua, quamobrem trifariam hoc alimentum in corpore mutatur; coquitur enim primo in ſtomaco; vbi locorum ex craſſioribus partibus, fæcibus ſcilicet repurgatur, quæ per inteſtina foras eunt, ſicuti a paleis in area triticum mundatur; per ſecundam coctionem perficitur ſuccus in hepate, cum fit ſanguis, qui triplici excremento repurgatur, quorum vnum eſt vrina; alterum bilis, quę per felis veſicam, tertium melãcholia, quæ ad lienem vadit; ſic triticum cum cribro vertitur, & ex petris, paliculis, aliiſue minutis excrementis ſegregatur. Eſt autem vrina aqueum excrementum, bilis igneum melãcholia terreum, ſicuti etiam feces; Ideo vero duplicem excrementi terrei purgationem in corpore noſtro natura molita eſt; quia cum homo præ cæteris animalibus, obſtructionibus ſit obnoxius, & illud excrementum inter alia maxime obſtruat, optime natura conſtitutum eſt, vt illud bis excerneretur. Rurſus dum ſanguis in membris conficitur ad nutritionem, duobus excrementis ſcatet; Alterum eſt tenue, quod per ſudorem vel inſenſilem tranſpiratum euolat; Alterum craſſius, quod ſordes dicitur, quod cuti adheret, ac camiſias nigriores reddit, & quo etiam craſſo excremẽto pilos originem habere credimus. Cum igitur in nutritione neceſſe ſit adeſſe tot excremen-

ta,fęces ſcilicet, vrinam, bilem, melancholiam, ſordes, & inſenſilem vaporem; Hęc vt inutilia, e corpore quotidie ſunt excernenda, alioqui fieri non poteſt, vt ſanum ſubſtineatur, igitur ſi nullũ in exercitio, cibo, ſomno, aliiſue peccatum committatur; excrementa quantitate, qualitate, & tempore debita cum ratione apparebunt; & quod pertinet ad alui ſuperflua, Hippocrates, bis, aut ter excernendum eſſe, ſingulo quoque die, homini ſano ſcriptum reliquit; fęx autem, non liquida ſit, nec dura, conſiſtens tamen; ſubrufa, non admodum graue olens, & quantitate, pro ratione ciborum. Excrementa autem quæ bilis, & melancolię ſunt, vna cum fęcibus excerni ſolent. Recte vero de numero deiectionum ſtatuiſſe videtur Hippocrates, ſiquidem toties aluum excernere conducit, quoties comedimus; at cibamur bis, aut ter in die pro maiori parte; vbi igitur alui, excrementa has non ſeruant conditiones impoſſibile eſt ſanum eſſe corpus; ſeu id a natura, ſeu ex aliqua diſpoſitione proueniat. Vrina etiam quo ad numerum eiectionum alui excrementis reſpondere debet, quantitas pro ratione potus; ſubſtantia media inter craſſam, & tenuem, color paleæ ſimilis, in fundo contentum album, lene, & æquale habeat, aut ſaltem nebulam; talis ſolet eſſe optime ſani hominis vrina; calidi eam tenuiorem, & coloratiorem faciunt; frigidi vero craſſiorem, & minus coloratam; ſed rediens ad alui excrementa; qui ventrem a natura habent fluidum ſalubriores viuent, & minus ægrotabunt; quam qui aluum nacti ſunt ſiccam, vnde Hippocrates, alui ſiccitatem, vniuerſi corporis confuſionem appellat; ſunt aliqui, qui tres, aut quatuor ſine deiectione dies pertrãſeunt, Braſauola inſignis medicus, de ſe ipſo affirmat, cum iuuenis eſſet, ſex, octo, & aliquando etiam duodecim dies, ſine alui deiectione tranſiſſe, nec ex hoc aliquod ſe damnum perſenſiſſe; vrinæ tamen copia per illud tempus multa erat; fęces vero, quæ deinde excernebantur, adeo duræ & ſiccæ apparebant, ac ſi plu-

res dies, ſoli, fuiſſent expoſitę, quæ res mihi admirationem parit, hominem ſcilicet cum tam inſigni corporis ſiccitate ſanum permanere. Pueri aluum humidam, ſenes vero vt plurimum ſiccam habent. Illud vero adnotatum in aphoriſmis, Hippocrates reliquit, quod qui in iuuentute ventrem ſiccum habent, vt plurimum eum in ſenectute humidiorem habebunt, & contra, qui per iuuentam, aluo ſunt humida, iis in ſenectute deſiccari ſolet; verum qua ratione procurare oporteat ſiccam aluum humidiorem reddere dicam in ſequenti.

DE CIBIS ET MEDICAMENTIS PRO *aluo emollinda. Caput XXI.*

VENTREM exoneramus, aut per ea, quę aſſumuntur per os, aut per clyſteres, & glandes, inferius. Rurſus quæ hauriuntur, vel ſunt cibi, vel medicamenta leuia, ſed in pauca quantitate; Per ſanitatem rarior debet eſſe medicamentorum vſus; ſicuti & clyſterum; ſed cibis quæ aluum mollendi vim habeant magis vtimur quamuis & lenientibus enematibus, ac glandibus, etiam vti aliquando neceſſitas nos cogat. Quod igitur ad cibos attinet ius caulum primæ coctura, cum multo oleo, ſi ad quantitatem ſcutelę ſumatur ante cibum leuiter aluũ ducit, idem præſtat blitum, malua, borrago, & mercurialis, ſi coquantur cum oleo & ſale, & ius illorum bibatur. Antiqui has herbas, ad hunc effectum cum oleo & garo prima menſa edebant; Erat autem garum genus condimenti ex viſceribus piſcium ſalitis factum; cui reſpondere poteſt apud nos illud, quod vulgo dicitur (Cauiale) Ius omne oſtracodermorum, ideſt eorum, quæ texta integuntur, vt camarum, oſtrearum & reliquorum, ſi ante cibum bibatur ob ſalſedinem ventrem lenit. Ius etiam omne carnium, vt gallinæ, caſtrati ad quantitatem duarum librarum aſſumptum cum ſale, idem efficiendi vim habet, quod etiã

facit

facit lac omne, præſertim aſininum, vel caprinum, ac magis ſerum ipſum, ſi eadem quantitate cum ſale, & melle exhibeantur ante cibum. Vuæ ipſæ bene maturæ, & dulces, ſi mane cum pruina ſumantur, ventrem leniunt, idem faciunt ſex, vel octo ficus rore nocturno madidi præſumpti. Prę cæteris pruna dulcia exſiccata, vuæ paſſulę, nec non caricę ipſæ crudæ & coctæ, mirum in modum ſoluunt ventrem, pręcipue ſi coquātur cum melle aut zaccaro, & illorum ius bibatur; idem facit mel coctum, & deſpumatum, ad vncias duas hauſtum; zaccarū item, ſi vſque ad vncias ſex aſſumatur, lenit ventrem, & hæc de cibis. Sed quod ad medicamenta pertinet, quæ ſanis pro mollienda aluo ſunt aptiora vbi neceſſitas ſuadet, manna primum locum obtinet, cuius ſi vncia vna cum iure pulli ante cibum bibatur molliet ventrem; Idem faciet ſemiuncia caſſię, vel cum oximellite, vel inbolo; idipſum & tamarindorum pulpa in eadem mēſura efficit in bolo cum zaccaro, cæterum, præ cæteris aluum ducentibus medicamentis in ſanis antiquiſſima eſt aloe ipſa, qua frequentius vtuntur homines ſani ad eundem effectum, ex qua cum melle formantur pillulæ quæ hora vna ante cænam aſſumuntur ad quantitatem vnius, aut dimidii ſcrupuli; quod tamen medicamentum Galenus in ſenibus, ob illius ſiccitatem minime approbat. Sed ſi vis electuarium optimum pro molliendo ventre his qui ſtiptici ſunt; Hoc in theſauris habeto. ℞. folliculorum ſenæ vncias tres; infundatur in infuſione roſarum ſolutiua horis viginti quatuor, & facta deinde expreſſione; adde vuarū paſſularum de Corintho libram vnam, cum zaccaro coquito leniter, repoñito confectionem, ex qua ad vnam vnciam, vel duas ante cibum ſumere poteris, quoties aluum leuiter mouere cupis; verum circa iſta medicamenta, quæ humectandi alui gratia exhibentur, aliquæ ſeruandę ſunt regulæ. Prima, quod tempus aſſumendi illa ſit, vel ad auroram; vel hora vna ante cibum, nec vnquam poſt illam, ſeu a prandio, ſeu a cœ-

na,

na quod aliqui inepte faciunt. Secunda regula eſt vt non ſemper vnum medicamentum, ſit in vſu; ſed varia, modo vnum, modo aliud; ne natura aſſuefacta tantum vni illi, illud deſpiciat. Tertia; quod non in multa quantitate ſumantur, quia ſi aluus copioſa mouetur, poſtea exſiccatur, & difficilius mollietur. Sed de clyſteribus, & glandibus, dicendum eſt; quibus etiam ad humectandum ventrem aliquando vti debemus, vt cum periculum eſt in mora; commodiſſime enim, & cito leniunt; ſed in primis glandes tentari poſſunt; licet eorum vſus frequens hemorroidas excitare poſſet. Clyſteres vero ex puro oleo, nullo alio admixto cum aluus diu reſtitit fieri debent, oleo enim feces induratæ molliuntur; humectantur inteſtina, præcipue in ſenibus; ideo illud mirifice extollit Galenus, fiat autem per tres horas ante cibum; & ſi non mouet per id tempus tunc alio inſecto clyſtere communi, facile lenietur aluus; Recipit autem communis clyſter, aquam, oleũ, mel, ſal, & oui luteum; In grauidis tamen mulieribus, nec clyſteres, neque glandes conueniunt, pro emolliendo ventre, quia partes infernas agitant, irritant ea loca prope vterum, quare abortus periculum imminet; ſed cibis prædictis, aut medicamentis, vbi neceſſitas cogit vtamur. Notabilis eſt hiſtoria Sauonarolæ Medici, Borſi olim Ducis Ferrariæ, qui, cum de alui duritie triduana quæreretur, iubet Medicus vt clyſter adhibeatur; quem cum Dux renuiſſet; præcepit Medicus, vt aqua frigida pauimentum cameræ (erat enim marmoreum) aſpergeretur, & Ducem eſt hortatus, vt per eam aquam nudis pedibus ambularet; quod cum feciſſet, vix quinquaginta paſſus effecerat; ꝙ aluus ſoluta eſt & copioſe; deinde ad corrigendam frigidam intemperiem, aqua calida, vt pedes lauarentur procurauit, eoque remedio centum aureos a Duce recepit. Sed præſidium illud periculoſum eſt cenſendum eo quod colicos dolores, & fluxum etiam ventris prouocare poterat; ſed quia vbi corpus alui excrementa retinet vel nimis

excernit, ex cruditatibus, contingere ſolet, & cruditates ad illa ſequuntur, de illis in ſequenti dicendum.

DE CVRANDIS CRVDITATIBVS, ET de reliquis corporis excrementis Caput XXII.

MORBORVM internorum fons, & origo humorum cruditas eſſe videtur, ſeu ea pertineat ad primam coctionem ventriculi, ſeu ad ſecundam iecoris, ſeu tertiam membrorum; ſed frequentius in ſtomaco, & hepate naſcitur; præcipue vero a ventriculo, quia vbi prima coctio non bene cedit, ſecunda etiam male fiat oportet. Quot vero incommoda cruditates ſequantur Galenus per hæc verba expoſuit. Quod autem vitioſi humores, morbiq. gignantur, cruditas aſſidua maxime in cauſa eſt; ſiue ea ex boni, ſiue ex mali ſucci oriatur cibis, ſed id euidens, palamq. eſt, eam ſcilicet cruditatem longe aliis deteriorem eſſe, quam vitioſi ſucci cibaria effecerunt; quæ cum duplici modo ſe habeant, ſi tenuem quidem ſuccum reddunt, acutos morbos, cum maleficis quoque febribus inuehunt, ſuccorumq. vitio in vnam duntaxat particulam decumbente, tum eriſypelata, herpetes, aliæq. affectiones calidę oriuntur; ſi vero craſſum ſuccum efficiunt, articulorum & renũ vitia (græci arthritidas, & nephritidas vocant) podagræ, anhelationes, tum lienis iecorisq. ſcirroſi affectus gignuntur. At quibus malus corporis humor melancholicus fuerit, cancri, lepræ, ſcabies, quartanæ febres, nec non atræ bilis, cutiſq. vitiatus, & ater color, cum lienis itidem tumore fient; Horumq. permultis ex hoc ipſo humore, nigræ varices, & Hemorroides accedent; Sed ex multis humoribus mixtæ affectiones proueniunt, vt herpetes, & phagedenica vlcera, atque item malefica omnia quæ cacoethi appellãt, & eius generis acutæ febres, quę denuo ad tempus reuertuntur. Hæc ille. Nos vero de cruditatibus potiſſimum, quæ in ſtomaco fiunt verba faciemus,

faciemus; Eæ vero duæ eſſe conſueuere; altera ex frigidis humoribus naſcitur, quam medici acetoſam nuncupant, cum in ore ſapor quidam & ructus acidus ſentitur; altera vero dicitur nidoroſa, quoniam ructus quoſdam creat nidoroſos, & in ore ſaporem, quem aduſta oua habent repreſentat. Iſtæ vero cruditates nauſea, aut vomitu, aut alui fluxu, aliquando iunguntur; aliquando vero, ſine his viſuntur; ſi aluus copioſe fluat, ac bilioſa deiiciantur diarrhea naſcitur, eaq. cruditas minus noxia æſtimatur, quæ cum vomitu, vel alui fluore iungitur; ſed ſi is, qui cruditates patitur difficile vomat, aluumq. duriorem habeat, & ſiccam, multo nocentior eſt, quia cardialgiæ & morſus ſtomaci anxietates, & denique febres ſuccedunt. Vt igitur ad cruditatis remedia veniamus ſi humores crudi, ſeu calidi, ſeu frigidi in ſtomaco permanentes nauſeam, anxietatem, morſum, vertiginem, aut oris amaritudinem inuehant; aqua tepida cum oleo, & ſale aſſumpta euomant, at ſi vomitus difficile cedit, & humores frigidi in fundo ventriculi, aut ad hipochondria ſentiantur clyſtere adhibito euacuentur. Conuenit in omni cruditate, longus ſomnus, quies, aut lenta ambulatio; verum motus validior, balneum frictiones vitentur, ne crudi humores in ventre exiſtentes, per venas ad hepar, & habitum corporis trahantur; vnde obſtructiones, & febres. Conuenit quoque in omni cruditate ventriculum, & Hipochōdria fouere in frigidis ex oleo abſinthino, in calidis, & maſtichino, aut melino bene calidis; linteo inſuper appoſito; adiuuat etiā coctionem, ventriculumq. fouent, puellus, aut catulus appoſitus, aut culcitra ex his quę capiti ſubduntur; nam calor omnis temperatus coctionem promouet. Sed ſi cum cruditate diarrhea, ſeu bilioſus fluxus iungatur, nulla alia opus eſt vacuatione, neque naturæ motum ſiſtere, ſed omittere per duos, vel tres dies conducit, præſertim ſi non modo ex ventriculo, ſed ex toto corpore humores veniant; talis enim euacuatio ſæpe confert. His tamen

diebus fouere ventriculum oportet eo modo, quo diximus; in cibo vero panis contritus in iure pulli, addito limonum ſucco, aut omphacio, vel panis coctus, cum omphacio & zaccari momento, addito piro, aut cotoneo cocto; Verum ſi fluxus ventris duret & de virium languore metus ſit, tunc illum compeſcere tentabimus: Eodem nutrimento vtendo, ſed ante cibum pirum coctum vel cotoneati parum aſſumendo; vinum rubrum cum aqua calibeata, ſed pauca commixtum, ſi fuerit grandius. Parcus admodum ſit potus; & ſi ſemel in die comedat, ſi facile ferre poſſit valde confert ad fluxum ſiſtendum; verum fluxus, ſi ex frigidis humoribus ſit, tanto plus fames tollerari poterit, & vnica illa in die cibatio, foueatur ventriculus extra, ea ratione, qua dixi; intus vero diatrionpipereo, vel cotoneato Galeni aſſumptis. Cibus ex aſſa aue, & pane; vinum rubrum purum in pauca copia. Antiqui vt fugerent cruditates ſingulo quoque menſe, bis ſaltem vomere conſueuerant. Sed eam ſuperfluam eſſe puto, his qui ſobrie viuunt, cæteris non omnibus pariter conuenit, niſi pectus habeant validum, & facile vomant. Vbi anxietas adeſt, & oris amaritudo ſentitur, & vertigo oculis obuenit; qui vero imbecilles ſunt, & difficile vomunt, per inferna potius vacuandi; imo omnibus fere vacuatio, quę per inferna fit ſecurior atque conuenientior, præſertim in regionibus frigidis, & apud nos, qui multis cruditatibus, ac frigidis redundamus humoribus. Hæc de excrementis alui, & de cruditatibus dicta eſſe volumus. Tria relinquebantur excrementa, quorum vnum eſt vrina; alterum vapor fumoſus, qui a corpore exhalat; tertium, quæ ex capite per os, nares, & aures veniunt. Senes ergo ea vacuatione, quæ per vrinas fit, magis indigere videntur, quam reliqui ob ſeroſos humores, quibus abundant; ad hoc aptæ radices comeſæ, quæ nunc, vt cardui parantur, Itali vocant (hedani) quas etiam, cum petroſelini radicibus pro eadem vrina cienda incoquere iuribus oportet. Rahpani etiam

cortex in cœna comanducatus; ſed parua quantitate id adiuuat. Vina grandia flaua, vbi difficultas vrinæ adeſt, in medicamenti magis, quam alimenti loco conuenit; ſed cum hæc valde calida ſint, ſecurius eſt vrinam mouere temperatis, Galenus vino & betonica vtebatur in his, qui calculo erant obnoxii; cæterum diuretica, quę temperiem ſortita ſine vllo nocumento vrinas cient, cuiuſmodi eſt hordei, camemeli, capillorum veneris, anethi, maluæ, aſparagiq. decoctum cum zaccaro; quibus melius eſt vti in calidis naturis, quam apio, petroſelino fœniculo, raphano, aliiſue eiuſmodi calidis, & ſiccis medicamentis, denique in ſanis corporibus vrinam mouere, nulla neceſſitas nos cogit. Excrementa autem membrorum, veluti ſudor ſordes, & halituoſus ille inſenſilis vapor, vacuare debent quotidie, id quod exercitio commode fiet, atque frictionibus, & balneis aquæ dulcis & tepidę; quæ ſemel aut bis in menſe adhibita tranſpirabile corpus reddunt, & meatus cutis aperiunt ad fumoſa excrementa educenda; quæ res, quanti momenti ſit, patet, ex eo quod vbi retinentur, vel frigore, vel aquis adſtringentibus denſata cute, ociſſime febris hominem corripit, præſertim ſi fuerit caloris mordacis, ſicuti cuidam philoſopho Galenus contigiſſe ſcribit, qui cum tota die quieſceret ob ſtudia, & minime exerceretur, niſi quotidie lauaretur in febrem incidebat, quia excrementa mordacia retenta accendebant febrem, ſed vbi balneo tepidæ vtebatur, adapertis poris & refrigerato corpore, ſanus permanebat. Alter cui ſimiliter calor corporis mordax, ac fumoſus erat, etiam ſi quotidie non lauabatur, non propterea ſebricitabat, quia exercebatur per ciuitatem ad negocia facienda. Quo ad excrementa capitis, ea etiam per ſuos meatus expurgari debent; tranſitum enim, (vt dicebat Hippocrates) aperriorem eſſe oportet. Sed hic aliquis quęret; An melior ſit corũ conditio, qui nec ore, nec naribus, quidquã memorabile excernunt vnquam, vel potius ſanitati magis, per hæc loca frequen-

ter

ter expurgari conducat. Cui quæſtioni reſpondentes dicimus, pariter vtrumque damnari; & quod ſiccę nimis ſint nares, & os, & quod multum humida; ſed laudari excrementa mediocria, & quæ ſcreatu, quę ſpuitione ex ore, & per nares emunguntur; nam Galenus temperati cerebri ſigna deſcribens; non approbat, quod nihil per nares, & os excernatur, ſed quod aliqua, moderate tamen, qui enim nil omnino, aut parum admodum excernunt; periculum eſt, ne excrementa intus remaneant; vnde, quæ foris munda appareant intus ſordeant. Contra qui humidas nares habent, capite humidiori ſunt prediti, imo ex humiditate multa narium, & genitura humidiori, Hippocrates improſperam ſanitatem colligit; qui vero multum ſpuunt, & frequenter capitis, aut ſtomaci, aut pulmonis nimia humiditate ſcatent.. Illud vero excrementum, biliofum, craſſum, & amarum, quod in aurium cauernis aceruatur, cerebri etiam repurgamentum eſt; quamobrem aqua calida aures lauandæ ſunt frequenter, & mundandæ In ſenibus per hyemem obturandæ bombace, ne aeris inclementia penetret ad ea loca. Cęterum remanet conſideratione dignum vnum excrementorum genus fœminis peculiare, quod ſeparatam expoſcit tractationem, de quo in ſequenti capite verba faciemus.

DE SANGVINE MENSTRVO IN Mulieribus. Caput XXIII.

SANGVIS menſtruus in mulieribus apparere ſolet, eo tempore, quo ad generationem aptæ cenſentur; a decimoquarto anno, vel circiter; vſque ad quadrageſimum, vel paulo ſupra. Lunæ motum ſequitur per menſem huius excrementi natura, Hippocrates deſcribens in ſanis fœminis ait ſanguinis menſtrui quantitatem ad libram vnam cum dimidia extendi, tempus vero durationis; per duos, vel tres dies, ſanguinis item qualitatem, qua

lis conſpicitur in victima nuper mactata; quòd ilico coaguletur; verum ſi menſtrua has non ſeruent conditiones, neceſſe eſt mulierem vel ſterilem eſſe, vel mala ſanitate donatam; illę autem, quibus menſes vltra dies quatuor permanent; graciles ſunt, debiles, & filios eiuſdem naturæ gignunt, quibus vero fluxus menſtrui ad tres dies non extenditur; illæ craſſæ, bene coloratæ fiunt, verum parum fœcundæ, nam ſanguis illis in pinguedinem vertitur; quę vero fœminarum multum exercentur, vt ſaltatrices, & viragines, vel non habent menſes, aut in parua quantitate, ſiquidem per labores, ſanguis ille diſſoluitur. Cum vero menſtrua in mulieribus deficiunt, aut quantitate, aut qualitate, vel tempore euariant, non modo ſteriles fiunt mulieres; ſed multis malis obnoxię. Verum vna ex præcipuis cauſis; quę ceſſare faciunt ante tempus has purgationes eſt, ſi fœminæ conſuetudine viri priuentur, nam vt ait Hippocrates, ex eo prouenit vt matricis meatus reſiccentur, ac collum illius contorqueatur & ſubſideat; vnde obturata via in corpore remaneant mala, quæ ad retentionem menſium morboſam ſequuntur; recenſet Hippocrates, hæc eſſe. Vſque ad menſem tertium ſuffocationes, anxietates, lumborum dolor, & febres cum rigoribus. In quarto vero menſe eadem apparent; vrina præterea craſſior; venter dureſcit; appetitus deperditur; nec edere, aut ſomnum capere poſſunt; in quinto menſe, omnia iſta creſcunt; ſed poſt ſextum, non amplius, niſi cum maxima difficultate ſanari poterunt; tunc creſcunt dolores, anxietates, animę defectiones, vomitus, aliaque multo grauiora mala; quamobrem aduertant fœminę vbi menſtrua illis deficiunt, præter naturam; hoc eſt cum non ſunt grauidę, tunc enim naturaliter retinentur, ſtatim procurent medicos in arte præſtantes, qui earum curam habeant, antequam prorogetur malum, primum tamen conſilium eſt his, quæ, vel virgines, vel viduæ fuerint, vt viro aſſocientur; verum ſi fœmina marito vtens eo morbo corri-

pitur;

piatur, ſtatim curationem procuret. Communę remedium euocandorum menſtruorum Hippocrates in aphoriſmo, poſuit aromatum ſuffitus, per inferna; veluti mirrhę, turis, belſuini, ſtoracis, ladani, lauri, parthenii, & aliorum; ſed nocumentum vnum, in hoc remedio adnotauit; quod capitis grauitatem inducat; alterum eſt remedium eiuſdem valde vtile ad eas affectiones; quod per os ſumitur, cuius idem auctor meminit; vt ſcilicet vinum album tædaceum ſumatur, quo petroſelini manipulus coctus fuerit. Verum hic nos vrgere aliquis poſſet, quærens vnde tanta mala ex retentione menſium oriantur. Dicimus eius menſtrui ſanguinis tam malignam vim eſſe, vt pro veneno habeatur; audi quæ Plinius de ſanguine menſtruo ſcribat.
” Sed vt facile reperiatur mulierum pro-
” fluuium magis mortiferum; aceſcunt ſuperuentu muſta,
” ſteriles fiunt tactæ fruges; moriuntur inſita, exuruntur
” hortorum germina, & fructus arborum, quibus inſedere,
” decidunt. Speculorum fulgor, aſpectu ipſo hebetatur;
” acies ferri perſtringitur, ac ferrum rubigo protinus corri-
” pit, odorq. dirus aera, & in rabiem aguntur guſtu eius
” canes, atque inſanabili veneno morſus inficitur, etiam for
” micis, animalia minima, ineſſe ſenſū eius ferunt, abiiciq;
” guſtatas fruges neq. poſtea repeti; igitur cum tam atrox ſit eius ſanguinis natura, non mirum eſt ſi retentus in corpore tot pariat mala, verum iure hic inſtabit aliquis, quomodo humor ille alat infantem in vtero, cum tam pernicioſus ſit, & qua ratione in prægnantibus non offendit illa longa nouem menſiū retentio. Dic ſanguinis menſtrui partem meliorem ad fœtus generationem ſegregari, partem vero fœculentam reſeruari circa vterum, vt expurgetur in partu. Nec menſtruum infanti venenum eſt, licet aliis rebus exitioſum cenſeatur; Non nocet autem grauidis retentio menſium; quia ſanguis, qui confertim ad vterum citra grauidationem veniebat, paulatim in grauidis deſcendit, ac magna pars a fœtu abſumitur, nec omnino

nino

nino menſium retentio in grauidis eſt innoxia, cum in primis menſibus inappetentiam, vomitum ventriculi, & artuum dolores commoueat; quæ tamen poſt quatuor menſes ceſſare ſolent, quia fœtus grandior, magnam partem illius ſanguinis conſumit, quod non faciebat a principio. Sed menſium abundantia, & fluor, non minus fœmineum genus offendit, quam defectus, imo citius & magis, quia vbi magnus & continuus, vitæ ingens periculum inſtat, calore priuantur; magnisq. ventris, atque lumborum doloribus tenentur; appetitus amittuntur; ſudores ac debilitates; animi defectus, rigores, & vrgente malo conuulſiones; ac tetani ſuperueniunt, vnde mors; quamobrem magna diligentia ſuccurrendum eſt; nec accuſandus propterea ero, ſi limites ſanitatis quodammodo pertranſeo, ob rei ipſius magnitudinem ac periculum. Vbi igitur iſte fluor apparet, qui partus violentos, & abortus; aliaſq. cauſas externas ſequi ſolet, mulier in lecto quieſcat capite depreſſo a pedibus altiori, crura contrahat, ita vt genua eleuentur; ſanguis ad vncias tres, anguſto facto foramine a vena iecoraria brachii deſtri mittatur; poſt ſex horas, totidem ab eadem ſiniſtri; ſi non cedit ſub mammam dextram magna applicetur cucurbita, quæ ibi maneat per ſemihoram, niſi dolorem ingentem, vel ſpirandi difficultatem inducat; tunc enim remouenda eſt, deinde eadem ſub mamma ſiniſtra affigatur; ventri vero, & lumbis, quæ refrigerent, & adſtringant apponenda ex ſucco plantaginis, portulacæ, poligoni cũ oui albumine, bolo armeno ac maſtiche, & eodem ſucco in vterum fiant vnctiones. Circa victum, ſi febres habuerit, ſorbitionibus vtatur, verũ, ſi ea caruerit, cibis, inter ſorbitiones quæ incraſſandi vim habent, & acrimoniam obtundendi, ſunt oriza, & iura ex milii, ac panici, aut tritici farina, lentium itidem ſecundum ius, & ipſæ lentes bis coctæ pro egregio remedio habentur, cum aceto vel agreſta. Inter cibos vero Hippocrates laudat carnes, leporis, columbę, aut hædi aſſas,

cum aceto; pedes caſtrati & vitulæ elixi cum eodem aceto, panis biſcottus. Pro ſecreto habent quidam oleum de charabe, cum vino aſſumptum ieiuno ventre, tribus diebus ad pondus dracmæ ſemis. Prę cęteris autem remediis; vomitum conducere experientia ipſa me docuit; quare multis, & diuerſis cibis pręſumptis euomat; aut exhibito oximelite cum aqua tepida; Hippocrates ad elleborum etiam veniebat pro ciendo vomitu ſi vires aderant, ſed illud remedium, cum ſit valde periculoſum non approbo; poſſumus vti aliis mediocribus, pro ciendo vomitu; quale eſt electuarium hoc præſtantiſſimum; quod paulatim, & ſenſim humores per vomitum educit.

℞. Sirupi mentæ

Violarum, An. vnc. viij.

Coquantur in mellis craſſitiem; ſub finem, ſubducto igne inſperge radicis peponis areſactæ; ſeminum rafani, vrticę, maceratorum in aqua roſarum, & areſactorum, & tritorũ an. vnc. 1. radicis aſari contritæ, & cretæ vuæ. i j. cinnamomi, ſeminis feniculi, aniſi an. dr. iij. confice electuarium liquidum. Dantur dracmę tres ex aqua hordei, vel ex mulſa, vel ex ſero lactis. Diaſarum hoc electuarium, ex Fernelii officina deprōptũ magnas rei medicę ſuppetias fert cum nulla extet compoſitio, qua tuto liceat humores ſurſum purgare, cum ſit tamen ea vacuatio ad multorum morborum curationem in primis neceſſariam; Ideo habeant impoſterum ſeplaſiarii in ſuis officinis iſtam tam vtilem, ac nobilem compoſitionem, gratiaſq. auctori, pro tam nobili inuento debitas agant; hæc ſatis ſint de menſtruis purgationibus. Sed poſtquam ſumus in hac materia, in mulierum gratiam, quibus nil gratius contingere poteſt; quam filios procreare, pręcipue reginis, & opulentis. De ſterilitate, aliqua, veluti tranſeuntes adnotanda ſunt. Dico igitur; quod vbi fœmina ſui culpa ſterilis eſt; id bifariam contingit; vel a toto corpore, vel ex aliqua male affecta parte, & potiſſimum vtero, & per conſequens ne-

ceſſe eſt, quod purgationes menſtruæ, non veniant cum illis conditionibus, quas ſupra determinauimus. Notare autem debet mulier, an a congreſſu viri; ſemen ſtatim decidat; vel remaneat intus; ſi remanet; an poſt duos, vel tres dies decidat, aut contineatur vſque ad ſeptimum, & poſtea foris egrediatur; ſi primum contingat, neceſſe eſt, os vteri clauſum eſſe, aut diſtortum, ita quod ſemen viri recipere non poſſit; Verum ſi ſemen vſque ad dies tres intus remaneat, ac ſubinde decidat; ex multa vteri, & capitis humiditate naſcitur, quod ſi ad ſeptimum diem permanet; & poſtea foris venit, ſignum eſt, quod corrumpitur; & quod tam vterus, quam corpus ægrotant; verum ſi ſecundo menſe, aut tertio fœtum perdat ſine occaſione, manifeſta, neceſſe eſt cotyledones, hoc eſt ora vaſorum vteri eſſe lentoris plena, vt Hippocrates teſtatum reliquit in aphoriſmis. In primo caſu, quo os vteri clauſum eſſe contingit, id aut a nimia pinguedine omento comprimente prouenit, vel a ſiccitate obtortum eſſe credendum eſt, in primo caſu mulierem extenuare oportet, exercitio, inedia & cibis, qui parum nutriunt. In ſecundo caſu aperire os vteri, ac dirigere conuenit, quod Hippocrates faciendum eſſe monet manuali operatione, obſtetricis, per plumbeam fiſtulam, aut ligneam iacente muliere, & conficit plures fiſtulas, anguſtas, ſubtiles, alias paulo craſſiores, quibus aperire, & dirigere os vteri conuenit, poſtea fomento ex roborantibus adhibito, ex vino, & parthenio, cum viro conſuetudinem habeat. In ſecundo caſu, quo ſemen ad tertium diem excernitur vnde arguit Hippocrates humiditatem nimiam vteri, & capitis, oportet exſiccare, & reducere ad temperiem; id quod faciendum eſt etiam, vbi ad ſecundum, vel tertium menſem perditur fœtus ſine cauſa manifeſta, præ cæteris autem exſiccatur corpus, victu extenuante, exercitio, aqua medicati guaiaci, ſarzæ pariliæ, vel ſaſſafraſiæ, & aquis thermalibus ſulphureis, adhibita tamen purgatione pituitæ. In tertio caſu eadem ſe-

re facienda. Quod vero ad menſtruas purgationes attinet, ſi non ſeruent ſuam naturam in quantitate, iam diximus, qua ratione ſint corrigendæ; ſed ſi qualitate peccet, examinare oportet; quis humor ſuperabundet, & illum expurgare, ac corpus ad temperiem reducere. Via autem cognoſcendi quis humor peccet, Hippocrates, qui diligentiſſimus fuit, in morbis muliebribus curandis in hunc modum docet. Duo lintea palmi magnitudine complicata, efformato, vt alterum ſit diurnum, alterum nocturnum, & vbi menſes prodeunt, cinere intingito, ſuper quæ lintea, curet mulier, vt cadant, quæ ex vtero veniunt menſtrua; igitur lintea poſt horas viginti quatuor lauare oportet, & curare vt exſiccentur loco tenebroſo, & vbi reſiccata fuerint, conſiderandum quod reſidat maculæ in linteis, nam ſi pituita fuerit quæ conceptionem impedit mucoſa lintea erunt, ſi vero propter ſalſuginem & bilem, fulua & ſubliuida. His adde conſiderationem, ex temperie, ętate, victu, colore, quibus additis animaduerſionibus, corpus expurgabis, vt decet, & reduces ad temperiem. Quædam etiam ſunt, quę prę gracilitate nimia, & imbecillitate non concipiunt, quas reficere oportet, & craſſas reddere. Alię multę ſunt ſterilitatis cauſæ; ſed illæ quas propoſuimus frequentiores ſunt; Cũq. res hæc ſit valde difficilis, & ambigua, niſi recte huius affectus cauſa dignoſcatur fruſtra laboratur pro concipiendo. Caueant autem mulieres, quoſdam ſicophantas, aut importunas vetulas, quæ potiones ad ſterilitatem aliquas magna promittentes, ſed ſine vlla ratione, exhibent; cum quibus vel vitam, vel ſanitatem tollunt. Multoties tamen contingit ſterilitas, non ipſius fœminę, ſed viri defectu, id quod facile cognoſces, ſi mulier ſana fuerit, & menſes habeat ſecundum naturam, vir autem, vel inſalubris, vel infœcundum ſemen emittat, aere ſcilicet, calidum, vel aquoſum & frigidum, ſi partes genitales aliquem morbum patiantur. Signum etiam ſterilitatis in viro ſi fuerit imberbis. Cęterum inter

ali-

alimenta, quæ a proprietate conceptionem adiuuant piſcis eſt, qui dicitur polypus; quem ad hunc effectum mirifice Hippocrates extollit. Ratio, vt puto eſt, quia præ cęteris animalibus, hoc luxuria ardentiſſimum eſt & venereum; hunc igitur, aut ſiccatum in puluerem aſſumunt. aut recentem edunt elixum. Verum quid a congreſſu viri, mulier, quæ non parit facere debeat ex diuino Hippocrate pro vtilitate, & rei dignitate ſubiiciendum duxi.

„ Mulier, quæ ad virum itura eſt ſuffitum ex adſtringētibus
„ per arundinē faciat, & vbi ſurrexerit rurſus in lecto plum
„ beam fiſtulam apponat, poſtea vero aſſocietur, quod ſi ea
„ quæ ex viro prodeunt non fuerint ei manifeſta, extentis &
„ alternatim poſitis cruribus quieſcat. Ieiunium autem vti-
„ le eſt in hac die, præterquam ſi farinam tritici velit ex aqua
„ ſine ſale coctam; ſi vero, vbi cum viro rem habuit, poſtri-
„ die detineat genituram, & neque altera die exeat, a cibis
„ quidem & balneis prohibeatur; bibat autem polentam in
„ aqua non ſalſam bis, aut ter in die, atque hæc diçta ſit per
„ ſex dies; aut, quod melius eſt, ſeptem; ſi non exierint ea
„ quæ a viro ſuſcepit, dum eius conſuetudine eſt vſa. Illota
„ vero maneat per omne tempus, & det operam vt motus
„ vitet; ſi vero deambulet in loco plano, & leui, nequaquam
„ accliui, deque decliui; deſideat etiam ſuper mollia, ſi con
„ ceperit, reliquam vero diçtam eandem faciat, vſque ad
„ dies triginta, illota autem ſit; caput vero ne madefaciat
„ cibis autem vtatur, & panibus, & maza, ſi velit, ex carnibus
„ palumbæ, aut ſimilibus; ex marinis his, quæ aluum ſiſtunt.
„ Prohibeatur ab oleribus acribus, vino vero nigro vtatur.
„ Carnibus autem aſſatis potius, quam coctis. Hæc Hippo-
„ crates breuiter habet, quibus ſterilium mulierum victus
„ rationem inſtituit, & potiſſimum earum, quæ genituram
„ viri ſtatim a congreſſu reuomunt.

DE MODERANDIS ANIMI PASSIONIBVS. Caput XXIIII.

MAGNAM habent profecto efficaciam animi paſſiones ad ſanitatem immutãdam;nam vbi excedunt, non modo graues morbos,ſed & mortes repentinas inducunt. Quia tanta eſt animę cum corpore ſympathia, vt cum alterum eorum alteratur, ilico alterum conſentiat. Conſenſus enim animæ ad corpus,in amoribus patet, & timoribus; corporis vero ad animam in ebriis, febricitantibus,& phreneticis; mores etiam corporis temperamẽta ſequuntur. Cæterum paſſiones animi hic, motus trium facultatum intelligimus animalis, vitalis,& naturalis,quarum prima eſt in cerebro, ſecunda in corde, tertia in epate; quas alio nomine etiam appellare poteris, rationalem ſcilicet iraſcibilem, & cõcupiſcibilem; ad iraſcibilem autem pertinent, ira,audacia,furor,metus,auaritia,liberalitas,inuidia,manſuetudo,miſericordia,crudelitas, & reliqua huiuſmodi. Ad cerebrum, imaginatio, diſcurſus, memoria; Ad epar vero, luxuria, ſeu caſtitas; venus, denique & gula; cœterum iſtæ paſſiones, corpus trifariam alterant. Primo,quia calorem,& ſpiritus mouent, modo extra,vt in ira, modo, intra,vt in timore. Secundo, quoniam imago rei,quæ in anima recipitur, non prorſus ſpoliatur a rerum natura,quamobrem dum animo ignem ver ſamus,caleſcimus, & cum glaciem conſideramus, horreſcimus; & rerum rubrarum aſpectus,ſanguinem euocat. Tertia cauſa eſt, quia tres animę potentiæ; rationalis inquam, iraſcibilis, & concupiſcibilis ſunt ſubordinatæ ad inuicem,adeo vt inferior, quodammodo ſuperiori inſeruiat; ſic videmus ſanari ægrotantem aliquando,ob ſpem, quam habet in medico, & quidam cum ſibi moriendum animo concepiſſent, nulla facta violentia mortui ſunt, eam ob rem, his qui valde timidi ſunt,in morbis, etiam ſi

peſſime

peſſime habeant, confortandi ſunt, vt bene ſperent. Sed audi hiſtoriam, qua facile concipies, quanta ſit imaginationis vis. AEgrotabat quidam ardẽti febre; hic ſolium cameræ digito monſtrans petebat vt ſibi permitteretur natare in lacu illo; quod cum medicus conceſſiſſet, ille per lateres, & ſolium inambulans aſſerebat iam aquam illi ad genua venire, mox ad lumbos, denique ad gulam, quo facto ſe eſſe ſanum affirmauit, vt reuera ita contingit; hic enim pedibus ſolii frigiditatem perſentiens quę ſurſum paulatim ibat, & aeris quoque refrigerium putabat ſe in aqua verſari. Sed vt ad rem veniamus, quæritur an omnes animæ paſſiones ſint corpori noſtro noxiæ, vel aliqua ſit, quæ conſeruet ſanitatem. Quidam, nullam ſalubrem paſſionem eſſe dixere, præterquam lætitiam, & gaudium moderatum; alii vero non modo gaudium; ſed omnes paſſiones, ſi cum moderatione fiant, ſanitati conferre, idquod Galenus, primo de ſanitate tuenda ſcripſit; nam ſi anima ſit in perpetua quiete ſine curis aut concupiſcentia, corpus ad morbos frigidos pręparatur; contra vbi in negocio frequenter eſt, per iram, ſollicitudinem, & libidinem ad morbos calidos illos reducit. Adde, quod Galenus multos a morbis liberatos a ſe eſſe affirmat ſola moderatione motuum animi; quæ ſecunda opinio magis placet; Hęc vero moderatio in puellis primo procuranda eſt, quibus nil moleſtum eſſe debet ad ſeptimum annum, quo tempore ad pędagogos ſunt apti; cum enim puer optimi fuerit temperamenti, ipſæ quoque animi paſſiones moderatæ ſunt; ideo & per educationem, & per rectam victus rationẽ eos conſeruare oportet; nam hęc duo mores potiſſimum mutant; verum qui audaces ſunt, & iracundi, calidiores ſunt, quam deceat, ſicuti timidi frigidiores, ita etiã guloſi, aut parci, hos per contraria corrigere oportet, & per victum contrarium, & per paſſiones, quæ ſuis apponantur; qui ergo audaces ſunt, ac viui, eos quiete, muſica, mimis, & fabulis ad manſuetudinem reducere oportet.

Contra

Contra inermes excitare oportet armis, motu, & aliquando vim inferre. Animi ergo ſecuritas, ac tranquillitas in omni hominis conditione, pro ſanitate tuenda requiritur; ita vt paratiſſimos ſemper aduerſus fortunę caſus ſeu bonos, ſeu malos eſſe oporteat; conſiderantes vitam noſtram nil aliud eſſe, quam militiam ſuper terram, & viam quandam, ac peregrinationem ab ortu ad interitum. Nolumus autem cum Stoicis homines eſſe apathos; hoc eſt quaſi lapides ad vitæ omnes caſus; hoc enim fieri non poteſt; ſed quod æquo ac forti animo proſpera, & aduerſa tolerent; eſt enim omnium rerum viciſſitudo, & omnia tempus habẽt, vt ait ſapiens. Gaudium, dolor, amor, odiũ, pax, bellum, denique, & bona & mala fortuna ſibi inuicem ſuccedunt. Sed animi magnitudo, & robur, in his præcipue deſideratur, qui apud principes verſantur, & reipublicæ gubernandæ præſunt, ac in ſublimi dignitatis gradu ſunt conſtituti, ij enim ſi ab eo deponantur, animo perculſi ociſſime moriuntur; quod illis accidiſſe veriſimile eſt, quia totam mentem & fœlicitatem ſuam in fauore Principis reponunt. Tria ex oraculo accepta ad vitæ tranquillitatem olim narrantur, primum, ſeipſum cognoſcere. Secundum, ne quid nimis, vel agamus, vel anxie appetamus; tertium vt lites & debita fugiamus, ſiquidem miſeria harum eſt ſocia; ego certe cum Cardano eos homines diutius viuere exiſtimo, qui parum res humanas curant, & qui honores, opes, gloriam, & ambitionem omnino renuunt; quales etiam ſunt nullius præcii, quiq. cor frigidum habent. Contra vero eos, qui alios regunt, quiq. in gubernandis populis, aut militiæ præſunt, honoris ac dignitatum auidi; eo quod ſenſiles admodum ſunt, vix ad ſenectutem peruenire poſſe; Animi igitur tranquillitas, confidentia, & moderatum gaudium ſanitati maxime conferunt. Sed vbi lætitia magna eſt ac ſubita, in debilibus, ac ſenibus mortem repentinam infert, ſicuti vetulæ illi Romanę contigit, cui cum filius repente apparuiſſet,

quem

quem in bello vt occiſum deplorauerat; illico exanimata eſt; timor quoque magnus, & repentinus occidere poteſt ſuffocato calido, ex ſanguinis repentino ad cor concurſu, quamobrem vbi quis valde timuit, nulla interpoſita mora ſanguinem mittere oportet; triſtitia ſenes maxime afficit, & præcipue ſenes impotentes, ſi inopes ſint, qua neſcio, an vlla miſerabilior ſit conditio, & ideo hos conſolari oportet & ſubuenire, vt paremus nobis viam ad cœleſtia, at ſenes, qui opibus abundant, rerum neceſſitatem hilari animo ſuſcipiant, & honeſtis voluptatibus vitam tranſigant; illudq. vel maximum, vitæ ornamentum eſtiment; ſi aliis bene viuendi, prudentiæ, & virtutis exempla præbeant; auaritia vero peſtis eſt, quæ cor hominis, vbi apprehendit, nil egregium, aut homine dignum illos operari ſinit; auaros ideo idolatras omnes Paulus aſſeuerat, & Salomon infęliciſſimos omnium appellat, quippe qui in ſe ipſos non minus, quam in alios ſeuiant, equidem ſi pro cœleſti patria auari, eas calamitates, & damna ferrent, quæ pro reponenda pæcunia ſufferunt, multi ea via ſibi cœleſte regnum lucrarentur. De inuidia quid attinet dicere, recte profecto in adagio dicitur, quod ſi ipſa inuidia febris eſſet; omnis homo febricitaret; ſed in aulis, & apud magnates furit præcipue hoc monſtrum tanta innocentum pernicie vt nullus ſi etiam ſit Salomone ſapientior, Sampſone robuſtior, & Iob tolerantior, qui eius perſecutionem ferre poſſit. Cuncta, ait ſapiens, patere inuidię proximi, is profecto auaritiam, & inuidiam ſolus effugiet, qui nihil deſiderabit, & veram Omnipotentis Dei charitatem habuerit. Sed de amore, quid dicemus? quanta amantium, imo amentium caterua? verum in amantiũ gratiam aliqua de amore dicendum. Is ſane nil aliud eſt, quam appetitus rei pulcræ, qui appetitus, vel eſt rationalis, vel concupiſcibilis in rationali, amamus aliquem ob ſapientiam, prudentiam, virtutem, & reliquas animæ dotes, quæ ſunt animæ pulcritudo; in concupiſcibili vero

N corporis

corporis amplitudinem, ac vultus venuſtatem & decorem; nam pulcritudo nil aliud eſt, ex ſententia Platonis, quam gratia quædam, quæ rebus ineſt; viſum, auditum, mentemq. delectans; cognitio enim pulcri, potiſſimum mente, & per duos nobiliſſimos ſenſus, viſum & auditũ, nobis innaſcitur; nam quod guſtum, olfactum, tactumq. delectat, vt ſapores, odores, & laſciuiæ; voluptuoſa quædam accidentia ſunt, ſed non pulcra; optat autem omnis amans transformari & vnum fieri cum re amata. In amore vero rationali, cum non poſſit fieri animarum vnio, ſaltem voluntate vna, vnoq. conſenſu concurrunt amantes. In amore autem voluptuoſo cum corpora non poſſint in vnum tranſmutari, id ſaltem acquiritur, vt per ſemina, & in filiis vnio fiat, quanta fieri maxime poteſt. Eſt autem amor irrationalis paſſio hepatis, in quo concupiſcentia locatur; non cordis. At cor in amore per conſenſum patitur; nam cum obcæcata mens, quæ laſciua ſunt exoptat, neceſſe eſt amantem, nunc iraſci, nunc contra ſupplicem ferri, nunc gaudere, nunc triſtari, & vt reliqua omittam, ſtatim amorem cõſequitur zelotypia, & cum eo monſtro, ſpes, deſperatio, timor, fauor, & mille alia; vnde merito medici, amorem hunc irrationalem, veluti ſpeciem inſaniæ curare procurant; Igitur amor cum ſit deſideriũ rei pulcræ, vel quam imaginamur talem eſſe, neceſſe eſt illam, vel obliuione curare per abſentiam rei amatæ, vel odium inducendo; quare iure ait Auerroes, doctiores ſunt vetulæ quædam, quam viri; Animum quoque diſtrahere ad honeſtum alterum matrimonii amorem, & ad negocia; dignitates, aliaq. grandia; conuenit ſanguinem mittere, ieiunare, & Dei benedicti auxilium implorare; fugienda crapula, & ocium. Curent autem parentes vt filii, ac filiæ quam citiſſime Matrimonio iungantur conſilio ſapientis Salomonis, ne vagentur, & in hanc affectionem incidant, quæ omnium bonarum operationum eſt inimica; ſi quis igitur ſapiet, is principio ſtatim a laqueis, reti-

bus,

bus, atque hamulis cupidinis ſe ſubtrahet; Ideo turpe eſt hominem in ętate conſtitutum, aut etiam ſenem amantem videre; Omnes itaque animi vehemẽtes paſſiones ſuo contrario ſunt curandæ. Torpor, & timor, audacia; ira, lętitia & manſuetudine; gaudium ingens, triſtitiam aliquam inducendo. Verum illud diſcuſſione dignum arbitror; an ſtudium litterarum & ipſa rerum contemplatio, vtilis ſit ſanitati, an contraria. Pro parte affirmatiua eſt, quod multos homines videmus, & vidimus antea, qui perpetuo ſtudio intenti vitam diutiſſime perduxere, veluti Leonicenus, Ficinus; ſed ſi recte hoc penſitemus, immoderata iſta contemplatio, & fere continua nullo pacto pro ſanitate facere videtur; quia calor viſcerum, quo alimenta, & opera naturæ fiunt, ſegregatur ad cerebrum, vnde coctiones perfectæ fieri non poſſunt. Adde quod aſſiduum ſtudium; ſpiritus conſumit; ſanguinem adurit, & melãcholiæ morbum creat; Verum ſi ſtudium ſit moderatum, quatuor horarum per diem, duabus in mane, totidem ſero, per tres horas poſt cibum, & partem diei exercitio, cibo, & honeſtis voluptatibus ac confabulationibus dando, ſaluti non erit nocuum. Dico præterea, quod longum, & iuge ſtudium, licet ſanitati officiat, per accidens tamen conducit; quatenus homo prudentior euadit, & ad paſſiones ſuas moderandas aptior, nec non ad appetitus compeſcendos aptus. Ad obiectionem vero dicimus, quod litterati illi viri qui cum perpetuo ſtudio tandiu vixere; id non ea ratione illis contigiſſe; ſed ob corporis robur, & vitæ parcimoniam. Speculatio igitur, moderationem requirit, quia, vt recte ait ſapiens, librorum infinitus eſt numerus, nec plus ſapias, quam oportet, ne obſtupeſcas. Scio, quendam, ob immoderatam, & continuam lectionem morbo correptum, quem cathochem Gręci vocant; remanſit enim veluti larua, vel ſtatua cum cibo manibus retento; ſed conualuit.

DE AERE, ET QVOMODO SANITATI conferat. Caput XXV.

NVLLA res eſt, quæ magis neceſſaria ſit ad vitam aere ipſo, ſiquidem ſine eo, ne momento quidem temporis viuere poſſumus. Hunc trahimus ore, ac emittimus, & per poros corporis tranſpirando ducimus, eoq. veluti flabello cordis calor ſubſtentatur. Ex hoc ſpiritus creantur, vnde motus, & vita procedit; quare vbi temperatus fuerit, purus, ſubtilis, & perflabilis, ſalutem ac vitam longo admodum tempore ſeruabit. Contra vero ſi intemperatus, impurus, vel prauis infectus vaporibus; qui ex cloacis, ſpeluncis, paludibus; putridis herbis aut cadaueribus inſepultis eleuetur, fieri non poteſt, vt diu ſanitas, aut vita in eo conſiſtat. Quod ad temperiem aeris pertinet; ille dicitur temperatus in quo, non cogimur ob calorem, toto fere anno ex ſudare veluti in AEthiopia, aut ob frigus rigere, ſicut in Hibernia; dixi toto fere anno, quia in locis temperatis, aliquando per æſtiuos dies ex ſudamus ob caloris copiam, & per aliquot hyemales rigemus; ſed iſta inclementia cœli, breuis eſt. Aſtrologi vniuerſam terram ſeptem climatibus, diuidunt; quorum antiqui duo temperata, quartum ſcilicet, & quintum, reliqua vero intemperata ſtatuerunt; ſed primum ſecundum, & tertium, atque vniuerſam terram, quę ſub torrida zona eſt ob calorem inhabitabilem, duas vero ſub polis portiones, ob rigorem, & perpetuam glaciem ſimiliter deſertas eſſe putarunt, inter quos Ariſtoteles, & alii multi, ante & poſt eum Philoſophi numerantur. Contra vero experimentum noſtris temporibus patefecit, vniuerſam terram habitari, atque ſub torrida zona, ſub æquinoctiali, & in aliis partibus temperatiſſimas eſſe regiones, omnium rerum copia abundantes; quod etiam Auicenna, quaſi præuidens ſcriptum nobis reliquit. Nam Moluccæ Inſulæ, vnde

de Carofili ad nos veniunt; zeilam, vnde canella, ſeu cinamomum vehitur, quæ ſemper floret, acridet, & viret, ſub ęquinoctiali ſunt, veluti innumerabiles aliæ, continentis, regiones temperatiſſimæ. Sub polis quoque fere habitationes populorum multæ ſunt. Cæterum quartum clima, diarhodos dictum, quia tranſit per Rhodum inſulam; & quintum, quod diaromæom appellatur, inter temperatas regiones iure cenſentur; ſi ratione ſolis ea loca conſideremus, quamuis in vtroque climate ſint regiones aliquæ ſatis calidæ; aliæ etiam non mediocriter frigidæ; vt plurimum tamen accommodatæ ſunt naturę humanę magis quam reliquę mundi plagæ. Sed cum in aere, non modo temperiem ſpectemus, ſed puritatem ac motum liberum, ſciendum eſt, maioris momēti eſſe hæc duo, quam temperiem; ſiquidem in Arabia, & apud Indos vbi aer puriſſimus eſt, licet valde calidus, diuturnam vitam homines agunt; itidem in regionibus frigidis dixit Hippocrates, diuturnius illos viuere quia abūdat calor innatus. Verum quid dicemus Ariſtoteli, qui contrarium ſentit, temperatiorem regionem, quo magis fuerit, diutius homines viuere; ideo in regione temperata, longe magis vitam producit? Dicemus verum eſſe cæteris paribus per ſe tempetam regionem diuturniorem vitam facere, ex accidenti vero nil prohibet in temperato, ſed perflato, & puro cœlo vitam diutius protrahi. Flandri, & humilis Germaniæ parum viuunt homines; quod humida valde ſit, & gentes illæ, crapulę, vino, & ceruiſiæ nimis indulgeant; longior vita in ſublimi Germania, qua regione fortes ſunt homines, robuſti, multo calore donati, ſed graues ferunt ægritudines, & acutas valde, licet raro ægrotent difficile conualeſcunt; ob cœli inclementiam, quod in temperatis regionibus non accidit, cæterum cum regionis, vel ciuitatis temperies, non ſolum a cœlo pendeant, ſed etiam ſitu ipſarum, prout ad ſolem & ventos ſitæ ſunt; propterea vrbium conditores, ac Principes deberent magna cum di-

ligentia

ligentia loca ſaluberrima eligere,& ſitum præ cęteris ſalubrem,talis autem eſt, ſi ad ſolem, & ſubſolanos ventos pateant, itaut, cum primum ſol oritur, radio ſuo feriat vrbem,& vias perluſtret,nec mons vllus interponatur,quod etiam in fabricandis domibus campeſtribus pro delitiis obſeruandum eſt, vt ſitus ſit orientalis, contra peſſimus ſitus eſt huic oppoſitus, ſi ad oriens vrbs montibus tegatur,pateat autem ad Occaſum; quas vrbes,ſimilis eſſe Autumno omnium temporum peſſimo ſcripſit Hippocrates ſicut Orie͂tales veri. Quæ vero vrbes,locate ad Auſtrum, vel Aquilonem vergunt,medio modo ſe habent,ſed in regionibus frigidis loca prædicta ad meridiem, in calidis vero ad Aquilonem vergant; nec iſta poſitionis animaduerſio, ad vrbes, vicos,aliaſue habitationes, ſed ad vias quoque,domos,atque feneſtras earundem neceſſaria eſt, iam ſitus vbi recte eligitur, regionis vitia corrigit,quia magna eſt differentia loci, etiam ſi vnum miliare ſolum interſit; imo in eadem vrbe,viæ,quo ad ſalubritatem, & domus in eadem via non parum differre comperietur. Inſalubris ſitus vrbium & locorum valde cenſetur; qui in profundis vallibus ſunt, cum vndique montes inſtant; non ſolum, quia ſol tarde ea loca reſpicit, ſed quoniam aer ibi quieſcit, neque libere mouetur. Quod ad domos pertinet, vbi ſolum eſt humidum altius habitare oportet; vbi vero ſiccum, vt in montibus, humilius. Hyeme vero ad loca plana,æſtate autem ad montana eundum eſt,paſtores imitando. Sed quia non modo regionum ſitus, ventorumq. diuerſitas, aerem mutant; ſed etiam temporum variationes; nec alia maior eſt vel efficacior cauſa morborum, & ſanitatis, ideo de temporibus anni dicendum eſt. Annum Aſtrologi in partes quatuor partiti ſunt, ver, æſtatem, autumnum,& hyemem,& horum vnicuique tres menſes aſſignant,ſed medici aliam diuiſionem excogitauerunt,conueniunt enim in numero temporum ſed non de duratione,quia ver ad duos tantum, apud medicos,menſes extenditur,

ditur, ab ęquinoctio incipiens ad principium Maii & ortus plęiadum; ęſtas quatuor continet menſes, Maium, Iulium, Iuniũ, & Auguſtum, quæ in duas partes diuiditur, in eam, quæ præcedit, & in eam quæ ſequitur caniculæ ortum. Autumnus rurſus duos ſolos menſes; Septembrem & Octobrem, Hyems autem a principio Nouembris, vſque ad æquinoctium vadit, quod tempus trifariam diuiſere, in ſementem, brumam, & inſertionem, duo ſunt in his temporibus æquinoctia, cum ſcilicet dies, noctibus æquantur, vernum ſcilicet, & autumnale, duo ſolſtitia cũ dies maior, aut minor eſt totius anni; primum æſtiuum vbi ſol permeat cancrum, ſecundum hyemale, cum capricornum tranſit, per æquinoctia in regionibus temperatis aer temperiem ſeruare ſolet; per ſolſtitia vero inclementior eſt. Hæc ſolſtitia, & æquinoctia periculoſa exiſtimauit Hippocrates præ cęteris mutationibus; ſed inter æquinoctia periculoſum eſt magis autumnale; inter ſolſtitia æſtiuum, verum inter anni tempora, ver ſaluberrimum cenſetur; ſed quia humores diffundit, fluxiones, catarros, & tuſſes mouet, veſtes hyemales non mutentur per illud tempus, cibus ſit parcus ob repletiones præcipue ad menſem Aprilis, & præſertim in his, qui podagræ ſunt ob noxii; hoc tempore verno vſque ad principium Maii, ſaniſſimi ſunt pueri, & adoleſcentes; In ęſtate vero corpus humectare oportet, iuribus, potione largiori, quiete, ſomno; eſt vero hoc tempus, vſque ad medium Autumni ſenibus ſaluberrimum. Autumnus omnium temporum inſalubre iurę optimo cenſetur; cauſæ multæ recenſentur: primo, quia eſt inæquale, ſecundo, quia ſuperficiem corporis denſat, & ad viſcera humores mouet, tertio, quia corpora debilitata, & laxa per æſtatem recipit. Quarto, quoniam prauis abundat humoribus, calidis, ob æſtatem præcedentem, frigidis ob fructuum eſum, & aquæ potationes quare fit, vt morbi eius temporis graues ſint, quippe qui vel lethales, vel longi admodum extent; hoc ergo tem-

pore

pore magna cura ſanitatem tueri oportet, itaut repletiones, & fructus & libidines vitemus mane & ſero; bene veſtiti incedamus a medio Autumno, & pertotam hyemem. Iuuenes, & ætate conſiſtentes melius habere certum eſt, quam in aliis temporibus, in ingreſſu hyemis herbas, & olera relinquere oportet, & carnes ac vina guſtanda, corpora exercenda magis, quam in alio tempore. Senes tamen huius temporis incommoda fugiant, quantum fieri poteſt; loca quęrant calida, & ſi mutare regiones poſſent, in Aphricam & AEgiptum euntes longiori vita fruerentur; pannis ergo bene tecti incedant, caput, & pedes bene calidos ſeruent, non ſurgant a lecto; niſi duas horas poſt ortum ſolis; cum frigus viget domi ſe contineant; caput, & aures contegant, ac frigore defendant, quę etiam alios, & ſi iuuenis, obſeruare volo, qui debiles fuerint, ac parum ſalubres, & quia frigiditas pectori inimica cenſetur, coriacea lorica toracem arment, & pellibus veſtiantur. Domus per id tempus caleant igne accenſo in caminis, feneſtræ vitro obturentur. Sicca tamen balnea, ſtuphas vulgo dictas, tota fere Germania in vſu habet; ſanis hominibus, ac iuuenibus non conducunt; nam calor ille tepidus, carnes, vt ait Hippocrates effæminat; neruorum incontinentiam parit, & caput replet, veluti auſter, adde magnas fieri mutationes ex ſtuphis ad aerem frigidum; vtiles tamen ſenibus cenſeo, ſi temperatę fuerint; verum quia aer tam inſignes mutationes aliquando præter naturam ſuſcipit, vt magno ſit mortalibus detrimento, non erit inutile modũ explicare, quo corrigi, & ad temperiem reduci debeat. Eſt enim ad ſanitatem pertinens hæc contemplatio.

QVA RATIONE CORRIGI CORRVPTVS aer debeat. Caput XXVI.

AER corrumpitur, vel temporum inclementia ob nimiam humiditatem, vel ob prauos vapores; qui a paludibus, ſpelũcis, cadaueribus, aliiſue eiuſmodi eleuantur, ac ſpirant; qui vapores, aliquando per ventos in regionem deferuntur; ſyderum quoq; maligni influxus aerem coinquinare poſſunt; aer vero iſta pernicie affectus, ac tota mutatus ſubſtantia per reſpirationem ad cor trahitur vnde peſtis origo venit; ſed alia eſt huius mali cauſa ignota, cum ob contagium ſemina putredinis ſparguntur; ſordes enim, & fomes quidam pannis, ac pellibus, aliiſue huiuſmodi rebus adhærens, tanta vi inficit illos, qui ea contrectant, vt repente, aut ociſſime occidat; hanc peſtem aliquando ſcelerati homines, & humani generis hoſtes, truces, ac potius feræ belluæ in vrbes deferunt, ſaniem ex apoſtematibus infectorum hominum adferentes, qua oſtium, & ferrea eius monumenta inungunt; naſcitur quoque peſtis ex cibis praui nutrimenti in caritate annonæ, cum herbas, legumina, & quidquid ſe nobis offert cogimur aſſumere, vnde venenati in corpore humores gignuntur, ex quibus febres peſtiferæ, & contagioſę originem habent. Cæterum ſigna infecti, & corrupti aeris, hæc tibi erunt; ſi animalia, tam greſſilia, quam aues intereant; ſi inſectorum genus abundet, vt vermes, ranæ. Si panis nocte ſub cœlo derelictus muſſoſus euadat; igitur, vbi hæc apparent, vel locum mutare oportet, & ſalubrius quærere cœlum; vel ſi permanendũ eſt omnibus modis malignam aeris vim oppugnare, & corpus ita parare, vt non facile impreſſionem recipiat. Aer autem corrigetur cauſa corruptionis ablata, & quod iam inductum eſt mali extinguendo; ſi igitur ex nimio humore aer putreſcit, ignibus accenſis, qui omni putredini remedio ſunt, exſiccandus,

ſic ignes, per vias,& domus fiant ex odoratis plantis, qualis laurus eſt, mirtus, pinus, cupreſſus, roſmarinus, & reliquæ eius generis, qua ratione peſtem Athenis Hippocrates extinxit; vapores præterea maligni per aerem ſparſi, diſsipandi ſunt, id quod a magnis ventis fieri ſolet. Sic Olyſiponi, cum trium dierum ingens procella veniſſet, peſtis extincta nuper eſt, & in Maroco ingens peſtilētia, vento quodam euanuit; qui veluti e fornace (adeo calidus erat) exire videbatur, aerem autem nos imitando ventos commouere poterimus; ſi bombardarum ſtrepitus multos fieri curemus; ſi vero vapores ex paludibus, ac ſtagnantibus aquis fieri videntur; eas reſiccare aut nouare oportet frequenter, maxime per æſtatem. Renouantur autem nouis ſuperuenientibus aquis, quas e fluminibus per canales traducere oportet; aut ſiccandæ ſunt factis riuulis, & foſſis per quę ſuperfluant ad flumina; quod cū primus Magnus AEtruriæ Dux Coſmus Piſis feciſſet, & magna animi contentione, nunc faciat Ferdinandus, factū eſt, vt ſaluberrimus eius vrbis aer per omne anni tempus ſit redditus. Verum ſi cadauerum inhumatorum multitudo aerem inficit; magna, & profunda facta fouea ſepeliantur; ſi ab immunditie, & excrementis, quę per vrbem & domos ſparguntur, id quod, vt reor Biſantii, & Olyſiponi, in cauſa eſt, cur peſtis adeo ſæuiat; ac duret, mundare oportet omnia; viæ, ac domus quotidie, vel ſaltem ſemel in ſeptimana repurgandæ; apud Indos, tam Orientalis, quam Occidentalis Indiæ, nunquam viſa fuit peſtis; ſcimus tamen non multis ab hinc annis, in America ac noua Hiſpania, centena decem millia Indorum ex variolis extincta fuiſſe, cum nullus Hiſpanus eo malo correptus fuiſſet, fuit illis hic morbus nouus, a quodā AEthiope, qui ad eas partes appulit delatus. & hęc de aere corrigendo. De corporis vero pręparatione, vt reſiſtat aeris malignitati & cōtagio, in hunc modum ſe gerere oportet; ſi corpus repletum fuerit, ac plethoricum ſanguinis miſſio faciēda, ſi prauis

nis humoribus abundet; expurgetur, quod licet Cornelius Celſus neget, monens in peſtilentia nullo pacto corpus agitandum; intelligit id de bene ſano homine, nam temperata ſunt ſeruanda in ſui mediocritate; ſi humida, exficcanda; victus ex aſſis carnibus præcipue ſilueſtrium animalium, apri ſcilicet, his qui robuſti ſunt; aliis vero per dicum, & columborum, qui a proprietate quadam peſtem oppugnare creduntur. Inter antidota lapis Betzoar, theriaca, pillulæ ruffi, contra peſtem præcipua habentur. Solet autem peſtis, magno calore, vel frigore ſuperueniente extingui, nam calor omnis conſumit ſemina, frigus vero exprimit fomitem putredinis; ſed dices, ſi hoc verum eſſet, in regionibus frigidis, nunquam peſtis graſſaretur; contra tamen in Germania apud Flandros, & Anglos non raro viſitur. Cui dubitationi reſponſum volo, eas gentes frequenter peſte infeſtari, & quia contagium non curant, aut prçcauent, & ob prauam victus rationem; edunt enim caſeum, carnes, piſces, butyrum, & ceruiſiam bibunt, vnde humores longe vitiatos procreant. Adde quod braſicam, fere omnes in quotidiano cibo habent, quarum gran dia implent dolia, eam pro toto anno reſeruant conditam quæ quantum corpus noſtrum inficere poſſit, vel ex illius odore facile dignoſci poteſt; quod vero aliqua peſtis per ingens frigus, magis ſæuiat, fieri fortaſſe poteſt, quoniam magna frigiditas humores adurendi vim habet, ſicuti & caliditas; ſed illud mirum videtur, quod in quadam peſtilentia, quæ Romç graſſabatur contigiſſe referunt. Cum enim per totam vrbem morerentur, ſola pars ea vbi coria, pelles, & reliqua eius generis tractabantur incolumis remanſit, cum tamen ſi rationem corruptionis conſideremus, imprimis malum illud ea pars ſuſceptura eſſet, ſed res hæc nobis negocium non multum faceſſit; quia multæ ſunt, & occultç peſtis proprietates, & fortaſſe illud con tigiſſe credendum, ſicut de venenis dicimus, alterum eſſe alterius antidotum; verum quia video, magnam de curan

dis febribus peſtiferis, & malignis agitari controuerſiam de ſanguinis miſſione ac purgatione, breuiter hæc explicanda ſunt.

AN IN PESTIFERIS, ET MALIGNIS febribus mittere ſanguinem conducat ac medicamento purgante vti. Caput XXVII.

NON fuit præter rationem, hęc quæ ad peſtem attinent ad aeris tractationem adnectere; nam licet aliquo pacto, a terminis ſanitatis tuendę nobis propoſitæ exire videamur, quia tamen morbus hic, non vnum, vel alterum hominem; ſed vniuerſam prouinciam depopulatur; & quo graſſante malo, patres filios deſerere ſolent; vt neceſſe ſit vnumqueq. ſui ipſius ſe medicum præbere, non ſine ratione hęc proponentur; Ergo ſciendum eſt malignas febres eſſe duorum generum; altera peſtis eſt, quę magnam partem populi occupat, & occidit; quæ ex aere, vel prauo totius populi alimento, aut peſtifero fomite naſcitur; altera nomen generis retinet, & maligna dicitur, quę etiam citra peſtem viſitur hunc, vel illum hominem apprehendere ex peculiari cuiuſque victu, vtriuſque proprium eſt; pręter putredinem, maligna quadam qualitate corpus afficere. Signa peſtis ſunt tumores qui apparere ſolent, vel ad partes infernas, inguium ſcilicet, & genua, vel ad ſupernas, ſub axillis, ad aures & in ſpatulis. Item quoque maculæ quędam, ſeu nigra exãthemata & liuores, atque rubores. Tumorum autem, qui apparent, quidam carbunculi naturam referunt cum ingente ardore, & puſtulis, alii vero mitiores qui inter bubones reponuntur. Adſunt præterea peſſima ſymptoma, innappetentia, ſyncopis, capitis ingens dolor, torpor, & ſomnolentia; vrinæ quales iumentorum, aut ſubnigrę, & vt plurimum ad mortem terminantur, pręcipue cum tumores ad partes ſuperiores apparent, & ab eorum exitu peius. At malignæ

lignæ febris extra peſtem ſigna ſunt, pulſus paruus, debilis, inæqualis, ac frequens; vomitus aſsiduus, inquietudo; inappetentia, ſitis, lingua arida, vigilia, aut immodicus ſomnus, calor tamen, & vrinę, vix a naturali ſtatu decedunt. His ita conſtitutis, quæritur, an in prædictis febribus, ſanguinem mittere conducat, vel ne; quod vero ſanguinis miſſio in omni maligna febre conueniat; multis probari poteſt; Et quia morbi ſunt magni; & quoniam frequenter, cum viſcerum inflammationibus iunguntur; item, ob obſtructiones, & repletiones, & quoniam remedia aduerſus malignitatem, nil repleto corpore efficere poſſunt; denique, quia experientia compertum eſt longas ſanguinis miſſionis in peſte factas ſtatim homines reſtituiſſe ſanitati. Ex altera parte nec rationes, neque experientia deeſt pro contraria ſententia; nam quod nulli peſtiferæ febri ſanguinis miſſio competat, vel ex eo maxime probari poteſt; quoniam vires languent; id quod ex debilitate pulſus dignoſcitur, at etiam ſi morbus requirat; viribus deficientibus, ſanguis mitti non debet. Secundo quia ſicut aſſumpto veneno ſanguinis miſſio non competit, quia ad interna magis traheretur; ita in maligna febre; quæ ex venenoſis humoribus naſcitur, ſanguis mitti non debet, quia commouetur ad venas; & vim malignam ad cor deferet. Adde experientia compertum eſſe tam in peſte, quam in malignis febribus, omnes aliquando interiiſſe, quibus ſanguinis miſſio facta eſt. Quare in his malis ſolum procedendum eſſe dicunt per ea, quę venenis repugnant a propria ſubſtantia, nil de euacuãdo corpore ſolliciti. Petrus Salius ex modernis medicis non contemnendus auctor; qui nuper de maligna febre ſcripſit, pro deciſione huius quęſtionis, ſanguinem per venæ ſectionem in malignis febribus nullo pacto conuenire contendit; ſed per hirudines; quia vires etiam ſi languidę ſint, hanc tamen euacuationem tolerant, quia cum ſenſim fiat, non euacuat ſpiritum, aut vires labefactat. Ego vero non

abſolute damno ſãguinis miſſionem in malignis febribus, cum experientia compertum ſit, eas largas, etiam magno cum fricamento fieri; præſertim ilico cum primum peſtis apprehendit; nec etiam in malignis citra peſtem ſtatim a principio abſtinerem a miſſione ſanguinis; ſed minus copioſe, quam in peſte; verum cum iam duorum, vel trium dierum morbus eſt, potius, per hirudines ano applicitas, aut per crurum ſcarificationem ſanguinem educentem. Interim, & in peſte, & in malignis, ſtandum experientiæ erit; nam ſi ex ſanguinis miſſione peius habeant, ab eo remedio abſtinendum; nec vires a principio morbi adeo languent; vt venæ ſectionem prorſus prohibeant; & licet maligna vis humorum cor feriens, vires reſoluat; ex alia parte leuata natura, refrigerato corpore, & tranſpirabile reddito, corpus reſipiſcit. Nec eſt eadem ratio, quæ de veneno aſſumpto; quia venenum in ſtomaco prius reſidet; inde paulatim per arterias, & venas ad cor vadit; ſed humor, qui febrem malignam parit, iam eſt in corde, præcipue in peſte, & qui primum per inſpirationem exorditur. Illud tamen ingenue fateor ex multis, quos maligna febre in hoſpitali curaui plures eorum mortuos fuiſſe quibus ſanguis ſecta vena miſſus fuit, quam illos, in quibus abſtinui. Ratio etiam eſſe poteſt, quia ægri non veniunt ad Hoſpitalia, niſi poſt aliquos dies, cum iam mittendi ſanguinis occaſio præteriit. Sed queret aliquis non abſque ratione an apparentibus tumoribus in peſte mittẽdus ſanguis ſit, vel ne. Pro deciſione conſiderandum eſt, an poſt tumorum apparitionem æger melius habeat, quod ſi contingat, nullus ſanguis mittendus, ſed tumores curandi, ſi ergo fuerint carbunculi, ſtatim nulla poſita mora ferro ignito ſunt ſcarificandi, & theriaca imponenda; ſed ſi tumores fuerint de natura bubonum, non adeo praui, maturatio procuranda. Maturabuntur, ſi cum cœpis, theriaca, & axungia ſiat emplaſtrum, & poſt maturitatem, aut paulo ante quam matureſcant præcidantur. Solent tamen

men lethales eſſe tumores, qui ad axillas, & partes ſuperiores apparent, & maculæ, ac vibices, & exāthemata, ſi nigra, aut liuida conſpiciantur. An vero apparentibus exanthematibus in maligna febre citra peſtē aliquid a medico agendum ſit. Quidam dicunt, quod quocunque tempore videntur, trahere ad cutim debemus, & cucurbiculis & rarefacientibus vnctionibus, quia præſtat ſemper accenſum ad circumferentiam trahere venenum, & per locum conferens, qualis eſt cutis, cum nulla criſis bona in malignis febribus operari poſſit. Contra videtur rationabilius apparentibus his maculis per malignas febres, perpendere an criticæ ſint, hoc eſt cum iuuamento, aut acriticę, & ſine vtilitate. In primo caſu motum naturę imitabimur; at in ſecundo non item. Nec verum eſt in malignis febribus citra peſtem criſes plerumq. eſſe ad mortem, licet in peſte id contingat. Quo ad pharmaca purgantia dicet aliquis ſtatim a principio conuenire, & quia vires valent, materia fere turget, & coqui non poteſt. Contra tamen tutius eſt, vel enematibus, vel lenientibus vti, nam humores hic, magis qualitate peccant, quam quantitate; Ideo etiam ſi violenter vacuentur; remanet pernicioſa vis. Adde quod humores in malignis coqui poſſunt, cum extra peſtem ſunt; ſi quidem plures euadere videmus. In peſte vero, etiam criſes fiunt aliquæ bonæ, vnde in ſeruandis naturæ vis ſufficit, ergo potius miſſione ſanguinis, quā pharmaco valido vacuandi ſunt. Inter lenientia, manna, ſyrupus roſatus ſolutiuus, agaricus quoque qui ſuapte natura malignis reſiſtunt humoribus, conuenientiſſima ſunt. Interim remedia alexipharmaca danda inter quę lapis ille betzoarticus orientalis primatum obtinet; qui non modo alterans, ſed vt euacuans malignitati reſiſtit; expertus enim ſum ab eius aſſumptione, ægros ter vel quater duxiſſe, ac ſi medicamentum voraſſent; quantitas non tam parua; quinque, vel ſex granorum, ſed duodecim exhiberi debet. Cordi quoque epithemata maxime con-

ferre

ferre his febribus expertum habeo. Cæterum de ſublima-
to extra cordi exhibendo in peſte non conſentio, cum pu
rum ſit venenum. Antidota vero mediam naturam, inter
venenum & corpus noſtrum ſi Galeno credimus ſortiri
debent; & experimentum illud, de ſacculo eius admouen
do, aut nego, aut plane periculoſum iudico. Aqua etiam
illa, quę dicitur febrium Sereniſſimi Magni Ducis, quę re-
cepit oleum vetrioli his febribus prętantiſſima eſt, vt ego
experientia in hoc Piſano Hoſpitali reperi; Si illius qua-
tuor vnciæ mane pro ſyrupo exhibeantur. Recipit aquas
cordiales, capraginis, acetoſæ bugloſſę, & his guttæ aliquæ
olei de vetriolo adduntur. Efficiturq. aqua acidula, quæ
grata eſt, & ſitim extinguit, atque venenis repugnat. Sed
de victu peſtis, qualis conueniat dicendum. Cum febres
iſtę exoluant vires pleniori victu vtendum qui reficiat, &
reſiſtat malignitati morbi, inter quę panis lotus contritus
cum iure pulli. Conſumata item, deſtillatitia, & expreſſa
carnium conueniunt. Brudus oui lutea exhibet in hunc
modum. Duo accipito recentiſsima oua integra in ace-
tum infunde per horam poſtea rumpito in ſuperna parte
vt remaneat inferna, pro coquendis ouis; albumina extra-
he; poſtea cineribus applica, addito paulũ omphacii, ſeu
acreſtæ, & cum parum excaluerint ſorbenda dato ęgrotis.
Alterum genus cibi proponit, quod ex ſucco carnium ſa-
lito parat hunc in modum. Perdicis carnoſæ, aut phaſia-
ni, aut iuuenis columbæ viſcera effodito; eamq. ſale con-
dito, itaut perdicem mediocriter ſalitam efficias; eam ſic
eſſe ſinito die vna in æſtate, duabus in hyeme; poſtremo
in eam mali citrei fruſtra & petroſelini in folia immittito,
vt quod inane in perdice eſt impleatur, eáq. ad ignem len
tum aſſato; cumq. humor erumpit ex ea; ſuper illam vn-
dique ſal inſpergito; donec humor, qui deſtillat ſalſus ſit,
aſſata perdice in fruſtra parua diuidito, & in linteum de-
mittito, duobus retorquentibus magna vi ſuccus extraha-
tur, quam ægrotanti miniſtrato. Piſces quoque ſaliti,
vt

vt aſſardæ aringhæ dictæ peſti eſſe conuenientiſſimum alimentum ab eo ſtatuuntur; nec timendum eſſe febris ardorem ac ſitim, quia hæc ex potu aquæ ſedari poterunt; ſal autem putredini, prę cæteris medetur; ego vero in ardente febre ſuccum iſtum, et ſalita non darem, ſed ſuccum pararem illum abſque ſale aqua roſacea, & aceto roſarum additis, dum coquitur perdix, aut capo. In his febribus pluſquam in aliis edendum eſt ob virium debilitatem; nec nobis aphoriſmus negocium faceſsit; qui impura corpora non nutrienda eſſe dicit; quia indicatio quæ a viribus deſumitur omnium eſt principaliſsima, & victus, qui exhibetur, valde reſiſtit putredini; attemperans eſt, & humores corrigit, & ſi inappetentia ingens adſit, nihilominus magno conatu edere conuenit; narrat enim Galenus in quadam peſte adeo ægros odiſſe cibos, vt potius mori, quam aliquid guſtare maluerint, & robuſti, qui magna animi contentione comederunt omnes ſeruatos; reliquos vero emortuos eſſe.

DE CORPORVM NEVTRORVM PROVIDENTIA. *Caput XXVIII.*

CORPVS neutrum vocant medici illud quod nec vere ſanum, nec ægrum ſenſibus noſtris apparet; Id vero dupliciter ſe nobis reprę̨ſentat; altero modo cum a ſanitate ad morbum vadit, quod neutrum decidentię dicitur. Altero vero, quando a morbo ad ſanitatem progreditur, & neutrum conualeſcentiæ nuncupatur; de quibus eſt dicendum; Et primo de neutro decidentię, qua ratione dignoſcatur, dicemus; deinceps, qua via illud præſeruare, ne in morbum incidat, oporteat. Signa huius neutri decidentiæ, ad tria capita referuntur, vel ad operationes, vel ad excrementa, vel tertio, ad qualitates mutatas. Circa primum genus ſignorum, vbi quis non diſcurrit, aut memoria vt aſſolet non vtitur, ſi præter modum dormiat,

aut vigilet, ſi fames, & ſitis non ſeruant conſuetum modum, ſi viſus, olfactus, guſtus immutentur; ſi aurium ſonitus adſit; ab his operationibus mutatis venturæ ægritudinis ſigna ſumuntur. Ad qualitates corporis iſta pertinent; ſi color, & debita carnis moles immutentur, non modo ad peius, ſed in melius, vt ſi quis ſpecioſior, & coloratior quã ſolet, appareat, ſuſpecta ſua bona habere debet. In tactu magnum futurę ægritudinis ſignum ſe prębet, ex laſſitudine corporis ſine cauſa manifeſta. Quo ad excrementa, vbi ea quantitate, qualitate, tempore, vel modo euariant; ſeu ad aluum, ſeu ad veſicam, vel totius corporis habitum, aut partes nariũ, oris, aurium pertineant, futuræ ægritudinis prębent indicia quæ prædicta ſigna, ſeu omnia, ſeu quędam vbi apparent, magna cura, & diligentia, præcauere oportet, ne morbus ſuccedat. Prouidentia ergo, quæ neutro corpori debetur, duplex eſt; altera vniuerſalis; particularis altera, de quibus erit dicendum & potiſſimum de prima. Illud interim notari velim perperam facere illos, ſeu Medici ſint, ſeu Amedici; qui vbi aliquis habet ſe male, ad medicamenta ſtatim veniunt; balnea, ſudores, exercitia, alia ve eius generis præſidia; quæ ſi quando profuerunt, multoties nocent, & cum periculo adhibentur. Sed languente corpore, tria hæc ſeruanda; mens hilaris, quies, & moderata dięta; quod Salernitana Academia hoc Carmine notandum voluit.

Si tibi deficiant Medici, Medici tibi fiant
Hac tria, mens hilaris, requies, moderata dieta.

Vbi ergo ſigna futuri morbi incidunt, niſi quod raro fit exinanitione procedat, optima ſunt quies, & abſtinentia, ſi quid bibendum aqua, idq. interdum vno die fieri ſatis eſt; interdum ſi terrentia manent, biduo, proximeq. abſtinentiam ſumendus eſt cibus exiguus; bibenda aqua; poſtera die etiam vinum, deinde modo aqua; modo vinum; donec omnis cauſæ metus finiatur. Et ſi leuiora indicia ſint, ſatis erit a vino tantum abſtinere, quod ſublatũ

plus,

plus, quam ſi de cibo aliquid dematur iuuat; ſed ſi grauiora ſint; non a vino modo, ſed a carnibus abſtinendum, & ab alio craſſo nutrimento. Igitur panis coctus cum zaccaro, aut olus aliquod, quale lactuca, intubus aut cucurbita cum paſſis vuis, vel prunis coctę; interim curandum, vt corpus fluuidum ſit; quod ſi excitetur; clyſteri adhibito communi, molliatur aluus; & ſi vehementes notæ ter fuerunt, a vino in totum & a cibo, omniq. corporis motu & balneo abſtinendum, quia iſta, crudos & malos humores per corpus diſtrahunt; & obſtructiones augent; vbi vero excrementa coctiora apparebunt, præſertim vrina, tunc pleniori victu, & motu liberaliori & balneo vti poterit, & ad vinum venire; Hæc ſi obſeruentur, vix continget, vt quiſque in morbos incidat, etiam ſi in neutro corporis ſtatu ſit conſtitutus; ſed ſi his ſpretis perſeueret in ſua conſueta ratione viuendi; aut errata præterea committat, graues perſentiet morbos; a quibus, vel mors, vel longo tempore ſanitas ſperari poſſit; cæterum quia inter ſigna futuri morbi, laſſitudo frequens admodum eſt; Idcirco de ea verba faciamus; ita enim particularis ratio cauendi morbos explicabitur.

DE CVRANDA SPONTANEA LASSITVDINE. Caput XXIX.

QVIA inter ſigna corporis neutri, laſſitudo ſpontanea, ideſt, quæ ſine vllo præcedente labore venit præcipua, & frequens admodum cenſetur, de hac curanda, ſermo inſtituendus eſt; nam de laſsitudinibus, quæ labores, & exercitia ſequuntur iam antea egimus, tres ergo ſunt laſsitudinis ſpecies. Prima dicitur vlceroſa, quæ cum ſponte venit; ex humoribus calidis ac tenuibus procedit, qui tranſmiſſi ad carnes & muſculos pungunt, partes ſenſiles ad ſimilitudinem acus. Secunda laſsitudo tenſiua eſt, in qua veluti diſtendi mēbra ab aliquo videntur; quæ

ex humorum multitudine ad muſculos ſparſorum prouenit. Tertia flegmonoſa eſt per quam ſanguis multus,& calidus, a venis ad ſpacia carnium vacua transfunditur, & efficit totius corporis quaſi flegoſim. Quare muſculi tumidi apparent,& quaſi contunſionis ſenſum habent. Omnes iſtæ laſsitudines in genere curantur ea cautione, de qua in præcedenti capite diximus, ſed ad ſingula veniendo. In vlceroſa conſiderandum in primis eſt, an humor acris, qualis bilis eſt, aut ſalſa pituita, contineatur ſolum in cute, vel in carne etiam, & in venis. Si fuerit ſolum circa cutim, quod ex puritate vrinę,& excrementorum cognoſcitur facile; ſine alio remedio euaneſcet per Apotherapiam ideſt balneo, frictione,& vnctione olei, ſed ſi fuerit in carnibus; ſed non in venis; excrementa pura etiam ſunt; verum affectus diuturnior erit, & eiſdem remediis tollitur, quiete, & ſomno, verum ſi humor iſte fuerit etiam in venis, id quod ex vrinæ potiſsimum impuritate cognoſcitur qualis fuerit; Adiiciendo etiam, in conſiderationem, temperiem, habitum corporis, victum pręcedentem, & anni tempus tunc ſi ſanguis abundat ſanguinem mittere oportet, & moderata vti dięta. Denique ad Apotherapiam veniendum, ſcilicet moderatum motum, frictionem balnea, & vnctiones; verum ſi ſanguis in prædictis non abundat, ſufficiet humorem, qui peccat purgare, qui vt plurimum in vlceroſa laſsitudine ſolet eſſe bilis, raro vero ſalſa pituita. Sed ſi iſti humores acres, & mordaces fuerint in habitu corporis, hoc eſt, circa muſculos, & carniũ ſpacia, at in ſtomaco,& primis venis copia frigidorum humorum, ac crudorum retineretur; non eſt facile iſta curare; tunc ſi corpus pauco ſanguine abundat, nulla conuenit vacuatio, non ſanguinis ob cruditatem, non per deiectionem aut vomitum; quia ad ventriculum, praui humores ex habitu corporis traherentur; neque exercitio, aut balneo vtendum, ne crudi humores ventris ad habitum corporis eant. Somnus ergo & quies procurandæ, & vt

crudi

crudi ventris humores coquantur dato oximelite, & eos leniter vacuando, vno, vel altero molli clyſtere; interim fouendus venter oleo de abſyntio in victu vero palumbæ, aut pulli caro aſſa cum vino paucifero, & per hanc rationem prouidemus crudis humoribus ventris. Vbi vero iam cocti, & euacuati crudi fuerint humores, & mordaces qui per corporis habitum ſunt ſparſi, moderato exercitio; balneo, frictionibus, & vnctionibus diſsipabuntur. Aliæ duę laſsitudines, tenſiua ſcilicet, & flegmonoſa, quæ ſequuntur repletionem humorum, quiete, tenui ratione victus, & aqua curari debent; ſed in flegmonoſa, ſanguinis miſsio neceſſaria eſt.

DE NEVTRO CONVALESCENTIAE. Caput XXX.

QVAE ex morbo reſurgunt corpora, duo requirunt auxilia; alterum ne in morbum rurſus incidant, alterum vero, vt cito ad priſtinam ſalutem redeant. Circa primum ſigna notanda ſunt, quæ reciduitas ſignificare ſolet, vt eam præcaueamus. Signa vero fere eadem ſunt cum ſignis futuræ ægritudinis quæ nuper narrauimus, præ cęteris vero vbi morbus ſine criſi aut manifeſta euacuatione ceſſauit, aut vbi criſis facta eſt, cum ſignis cruditatis; cruda enim, & in malos abſceſſus conuerſa, recidiuas ſignificare, Hippocrates teſtatum reliquit; inappetentia, item, ſitis, ſapor aliquis inſuauis in ore derelictus. Si vinum, aut cibos, non guſtat, vel extraneum aliquem ſaporem repræſentent, ſi cum bene appetant, non reficiuntur; ſi excrementa ſint impura, vt vrina, vel alui feces, ſi conſtitutio temporis recidiuas faciat; tunc vel humores in corpore prauos, vel aliquam intemperiem partis a morbo derelictam eſſe, indicium eſt, a quibus rurſus aggregata noua materia, morbus redeat; quamobrem dixit Hippocrates, in aphoriſmo, quę in morbis poſt criſim relinquuntur re-

cidiuas facere conſueuere. Vbi ergo hæc ſigna adſunt, corpus impurum eſt; impura autem corpora; quanto magis nutries; tanto magis lędes. Quare rurſus humores coquere, & paulatim purgare oportet epicraſi vtendo, ſenſim vacuando', cibando, atque partium intemperiem corrigendo,& roborando, quæ ſolent eſſe principes,cor, iecur, & cerebrum, ventriculus,& lien. At ſi nullum ſignum impuritatis remanet, tunc corpus reficiendum eſt, nam diſpoſitio conualeſcentium talis ſupponitur vt bonus ſit ſanguis, ſed exiguus; atq ue vna cum ipſo ſpiritus animalis & vitalis; ipſæ vero ſolidæ particulæ ſicciores,& idcirco eorum vires ſunt imbecilliores, atque earundem ratione corpus vniuerſum. Igitur reficiendum corpus eſt; id vero præſtant alimentum; a principio quidem humidum,& concoctu facile, temperatum ex actiuis, in progreſſu vero,quę plurimum nutriant. Ordo eſt, vt a iuribus pane contrito factis, & ouorum luteis tremulis, ac gallorum teſticulis incipiamus. Mox ad piſciculos ſaxatiles veniendum; hinc ad aues, pullos, columbos, perdices, capones, & denique ad hædi, & caſtrati carnes. Cæterum vinum ſit mediocrium virium non vinoſum, neque aquoſum,lymphatum pro ægrotantis natura,colore ſubflauum, aut ſubalbidum, tenuium partium, & media ætate conſtitutum. Interim ea adhibenda,quę alimenti vehicula ſunt,& per totum illud corpus deferunt; qualia ſunt geſtationes, modicæ ambulationes, frictiones & balnea aquæ tepidę. Coctio quoque per ſomnum adiuuanda,& per ventriculi fotum ex oleo maſtichino, & melino calido, bis, in die ante cibum per horam. Lenem ſeruet ventrem,aut aſſumptis oleribus cum melle,aut per clyſteres, vel glandes per interualla adhibitos. Interim, illud, quod in aphoriſmo teſtatum reliquit Hippocrates adnotandum, vt quæ longo tempore extenuata ſunt corpora, ſenſim, quæ vero, breui, breuiter etiam reficiamus; ſic quartanarios, & longis febribus extenuatos longiori tem-

pore

pore nutries,eos,vero,qui ex acutis morbis reſurgunt breuiori. Conducit autem plurimum conualeſcentibus cœlum mutare; id enim Hippocrates in longis malis optimum eſſe ſtatuit.

EPILOGVS SANITATIS TVENDAE. Caput XXXI.

CVM primum natus puer eſt pręcidatur vmbilicus, & ligetur; ſale modico corpus inungatur, per ſex horas zaccarum digito ſugendum dato, inde lactari incipiat; lac vero viginti dies non debet eſſe maternum, ſed alterius probatæ mulieris; nutrix, ſeu mater, ſeu aliena ſana ſit, iuuenis, bonorum morum, non guloſa, vel ebria, aut aliquo morbo, veluti gallico affecta. Caueat ne in ſomno ſuffocet infantem ſuper illum reuoluta; lactetur bis, aut ter in die; lacteq. ad duos annos nutriatur; atque eo ſolo ad emiſsionem dentium, quo tempore panis contritus iuri pullorum, aut ouorum luteis illi adminiſtretur ſimul cũ lacte. Lauetur ſemel in die aqua tepida, mane cum a ſomno reſurgit, motus, ſit vel cunæ, vel in nutricis vlnis. Vbi lactans puer, ploratu, aut vigiliis afficitur, tria illi ſunt remedia, cantus, motus, & admotio papillæ. Coniectura autem aſſequi oportet, quid eum infeſtet mali, & cauſam tollere. Munda ſemper ſint faſciæ, & lectus, & omnis ęconomia; cum tempus ambulationis venit, paulatim aſſueſces eum, adhærens alteri; non cogatur ante tempus ambulare; quia diſtorquentur pedes, viuat liber vſque ad ſeptimum annum; quo tempore pędagogo dandus eſt, qui eum bonis moribus imbuat. Et medico, qui rectam inſtituat victus rationem, nam bona educatio, & recta victus ratio; mores aut conſeruant; ſi probi ſunt; aut corrigunt, ſi vitiati. Contra mala educatio, ac praua viuendi ratio eos corrumpit. Audaces ergo & crudeles, muſica, lætis ſpectaculis, & timore arcendi ſunt. Contra inepti exer-

exercitandi armis,& motu illi ætati conuenientibus. Præ cęteris pueros caſtigare oportet, nam vt ſapiens ait, qui parcit virgæ, odit filium ſuum, non tamen barbare, & immaniter, vt faciunt quidam percutiendo, ſed cum moderatione. Cum autem pędagogo traduntur in ea ætatula, non multum in ſcholis verſentur. Vinum nullo pacto bibant ad decimumquartum annum,ſed aquam fontis puram & claram. Victus illis humidus conuenit; qualis ex pane iuribus intincto,ouis tremulis,piſciculis ſaxatilibus, & pullorum carnibus elixis. Abſtineant ab omnibus craſſis,a caſeo,& fermentaceis non ſubactis, & potiſſimum a fructibus,quos ſi edant,ſint cocti,non crudi. Nam fructus cum humiditate multa ſcateant, facile in pueris corrumpuntur vnde dyſenteriæ, variolæ, & lumbrici ortum ducunt. Exercitium mane ambulatio, trochus, aut puerilis ille ludus, in quo alter alterum puerum loco pellit vel captiuum ducit,Tuſci vocant,giuocar alle du e Bombe. Geſtentur quoque curru,equo,naulio, & hanc viuendi formam ad annum, decimumquartum ſeruent. Per quod tempus,optimis moribus inſtruendi, & Chriſtianam Doctrinam,memoriæ commedent. Legere,ſcribere,& grammaticam etiam; ſi litterati eſſe volunt addiſcant; Muſica etiam non eſt homini ingenuo,ac Principi indecora, conuenit per illud tempus citata ſaltatio,vulgo, la gagliarda, & placida,vulgo,balletti, quæ poſſunt illis, pro exercitio eſſe abſque alio motu; poſt annum decimumquartum, ſi militiam,vel aliam laborioſam artem ſequi volunt, exercitio validiori aſſueſcant; Et ſi fuerint bene ſani, curſus,arma pila, venatio, ſaltus; Sin minus,moderatus motus,qui etiam illis conuenit, qui ſedentariam vitam eligunt. Per iuuentutem caueant errata,& exceſſus in venere, & cibo, ac potu,quia facile ob hæc in morbos acutos incidunt,imbecilles,ac ſenes accurate viuant,& ad pondus; cũ ergo a ſomno, qui longus eſſe debet,ſurrexerint; brachia, dorſum, coxas, & crura, panno lineo aſperiori fricanda curent,

rent; deinde ſurgant, & excrementa alui, & vrinæ deponant; hinc caput pectine, & frictione panno aſperiori vtantur. Lauentur gelida, vultus, os, manus, & dentes; qui ſi male habent, aqua ſalſa lauentur, & a paſtu cum vino aquoſo, ſi caput imbecille habent; vinoſo, ſi robuſtum, & fricent, hac, illac modicum vergant, artusque diſtendant exercitium inde moderatum fiat, ad vmbram ſalubrium plantarum; vel prope fontes tranquillo cœlo. Vnicuique pro ſua natura conueniens. Quibuſdam enim ſola ambulatio ſufficit; aliis geſtatio tantum equo, aut curru, aut frictio, aut balneum pro exercitio ſatis eſt. Veluti calidis hominibus, gracilibus, ſenibus, imbecillibus, aliis vero, vt adoleſcentibus, iuuenibus, conſiſtentibus, qui bene ſani ſunt, vehementior motus, vt pila, curſus. Ab exercitio ad cibos veniendum. Is in litteratis, & ocioſis hominibus & ſenibus, ſit facilis coctionis, non craſſę ſubſtantiæ, veluti panis optime fermentatus, recens, ſalitus, ſaxatiles piſces, aues. In quadrupedibus, hædi, caſtratique carnes ſolum guſtent. Vinum mediocre, ſubalbidum, mediæ ætatis. Fugiant, herbas, legumina & fructus. Senes autem quærant aeris temperiem qualis eſt verni temporis, ideo regiones mutandæ, atque hyeme ad maritima eundum. Luxuria prorſus vitetur. Cæterum qui valide exercentur, vt milites, agricolę craſſiori victu vtantur, quadrupedum animalium. Panis etiam ſit non bene fermentatus, & carnes ſuillæ, aſſæ, caſtrati; aut bubulæ, pro cibo eſſe poſſunt; caſeus item vina rubra, aut flaua; vinoſa magis, quã aquoſa ſint; dormiant per decem horas, & ante labores fricentur illis artus, & dorſum lino aſperiori. Balnea aquę tepidæ omnibus naturis per interualla conueniunt ad corporis munditiem, & tranſpirationem; quæ domi in tina parentur, aut in ſtuphis ſingulo menſe lauari conducit. Animi tranquillitas adſit, & in omnibus denique moderatio ſit.

METHO-

METHODVS CVRANDI

podagram, & alios longos morbos per lentiſcum ex Cornegio Medico Hiſpano deſumpta.

LICET ſecretum lentiſci apud me iàm per aliquot annos eſſet, & lentiſcum ipſum pro experiundo eius efficaciam diũ adſeruaſſem: nunquam tamen eo vſus ſum; niſi poſtea quam tractatum quemdam manu ſcriptum Cornegii medici Hiſpani perlegi. Cùm enim ſingularem eius viri eruditionem agnoſcerem, & quę ille de huius plantæ efficacia adducit, atque eius naturam perpendiſſem, inueni remedium egregium, quod magnoperè prodeſſe poſſit, ſine vllo nocumento. Ac perindè puto fore, vt aqua lentiſci, (quę nulla impenſa haberi poteſt) longè præſtantior, & vſu frequentior futura ſit, quàm ligni ſancti, vel cinæ, aut ſarſæ pariliæ, vel ligni ſaſſafras. Sed applicemus methodum Cornegii ipſi podagræ, vt ab hoc exemplo ad alios morbos trahi poſſit qui ex catharris periodicis, per temporis interualla redeunt. Podagra dolor eſt pedum, qui à prauo humore à capite ad eas partes fluente procedit. Igitur, qui eam ſanare velit, prohibere debet, ne excrementum illud in capite generetur, & ſi quod gignitur, vt quotidiè vacuetur: Vix abundabit excrementum, ſi roborabitur facultas coctrix: & genitum euacuabitur quotidie. Virtus corporis noſtri roborabitur ſi cibus, & potus optimi ſucci, & facilis coctionis, quantitate moderatus pro appetitu ægri exhibeatur, qualis eſt ex carnibus auium boni ſucci: ouis tremulis, & vua paſſa: potus pro conſuetudine vini mediocrium virium, vt non excedant vncias quindecim in paſtu. Excrementa verò capitis per os, nares, & aures frequenter ſunt vacuanda: tranſitus enim apertos eſſe oportet, vt nos monuit Diuinus Hippocrates. Quare cum a ſomno patiens excitatur, quia eo tempore ſolet caput expurgare ſe ſe per os, & nares, tunc curet excrementa vacuare per hunc modum. Quatuor pennas gallinaceas alliget, & earum mollem partem oximelite intinctam intra os immitat vſquè ad radicem linguæ, non

ad prouocandum vomitum, ſed excreationem ipſam: & ſic pergat per ſpatium quarti horæ: hoc faciat ſingulis duobus diebus: nam quotidie nimis operoſum eſſet. Qua die non vtitur pennis purgetur per nares ea hora caput, trahendo betæ ſuccum cum oximelite ex aqua ordei calida per nares, quinque, aut ſex vicibus. Sic ea via caput vacuabitur: aures aqua calida lauet frequenter, vt apertas ſeruet eas, & ſic vacuabitur materia illa, quæ quotidie in capite generatur. Veniat deinde in vſu aqua lentiſci, quę non ſolum virtutes omnes naturales corroborat, ſed ſanguinem, & humores firmat; & ne fluant prohibet. Stomaco, iecori, lieni, & omnibus viſceribus eſt amica. Nam lentiſcus vim habet deſiccandi mediocrem & in frigido, & calido temperatus eſt: ſua ſtipticitate facultate retentricem mirum in modum roborat, & ſua emolliendi facultate, quam ex maſtice habet, aluum humectat; quod mirum aliquibus videtur, ſed acquieſcant experientiæ: quia quot quot iſtam aquam aſſumunt fatentur eam reddere aluum humidiorem. Veniamus nunc ad modum conficiendi.

MODVS CONFICIENDI AQVAM LENTISCI.

LEntiſcus, ex quo hæc aqua fieri debet ſi ex Inſula Chio haberi poſſet, vbi maſticem producit, eſſet in primo gradu bonitatis: ſin minus ex propria regione colligatur, colligi debet menſe Septembris, & reponi, vt amittat illam ſuam humiditatem: quo enim fuerit antiquior lentiſcus magis commendatur, rami ſint craſſitudinis policis digiti, aut etiam craſſiores. Durat virtus lentiſci ad viginti annos, & vltra. In caſu neceſſitatis quouis tempore colligi poteſt, & ex eo aqua parari, licet vbi diu fuit adſeruatus ſit maioris efficaciæ. Conficiuntur tres liquores ex hac planta ſcilicet.

PRIMA AQVA LENTISCI.

SVmito vas vitreum qui duodecim libras aquę fontanę capiat, in eum ità aqua plenum miſti vncias tres lentiſci

minuti

minuti conciſi: obturato deinde vas: ne euaporet, & in loco tepido reponito ác finito per tres dies, (feruet enim ait Cornegius ex ſe ſinè vi ignis) ſed ego non video lentiſcum hunc noſtrum Italicum, hunc facere effectum: fortaſsè Hiſpanicus lentiſcus, qui efficacior eſt, id efficit. Poſt tres dies duas partes aquæ extrahito ad vsũ potus: bibitur hęc aqua ſola, bibitur, & cum vino per multos menſes, quia eſt ſuauis, & grata. Relinquito ergò tertiã partem aquę in vaſe, & rurſus illud aqua impleto, & obturato ad alios tres dies. A quibus rurſus detrahes duas partes pro potu, & rurſus aqua vas impleto, & reponito, quo ad quinque decocta efficias, tunc extrahe totam aquam & lentiſcum; & rurſus nouo addito lentiſco, & aqua ſequere; Hæc aqua omni fluxioni antiquę, morbis ſtomaci, pectoris; & omnibus ferè catharris mirabiliter conducit, fluoribus ventris, vteri, hęmorroidum: iſchiadicos, & omnes arthriticos affectus curat.

SECVNDA AQVA.

SVmito vncias tres lentiſci minuti conciſi, & eamdem quãtitatem aquæ, coquito igne lento quo ad tertia pars abſumatur, huius decocti vncias ſeptem in nocte cum dormire vult calidas accipiat, & totidẽ manè à ſomno, eoſdem effectus producet, & ſomnum conciliabit, ac omnia excrementa ad vacuationem diſponet.

TERTIA AQVA.

SVmito quintum decoctum illius primę aquę, cum iam vis extrahere lentiſcum, & eam ad validum ignem coque quò ad duę partes abſumantur, ac fiat in modum iulapii. Huius decocti vncias ſeptem, vel octo calidas aſſumat, cum vult dormire in nocte, & totidem manè, cum à ſomno reſurgit: Confert tuſſi antiquę, & pertinaci, preſertim ſi cum oximelitis vncia vna detur. Eat igitur in lucem tàm præclarum innocens & ſingulare remedium pro humana ſalute à Deo benedictoq; nobis conceſſum, cui ſemper ſit laus, honor, & gloria. Cornegii interim ob egregiam nauatam operam non obliuiſcamur.

F I N I S.

BIBLIOTECA P.C.M. VITTORIO EMANUELE

72